jacques boulet

dicționar de HOMEOPATIE

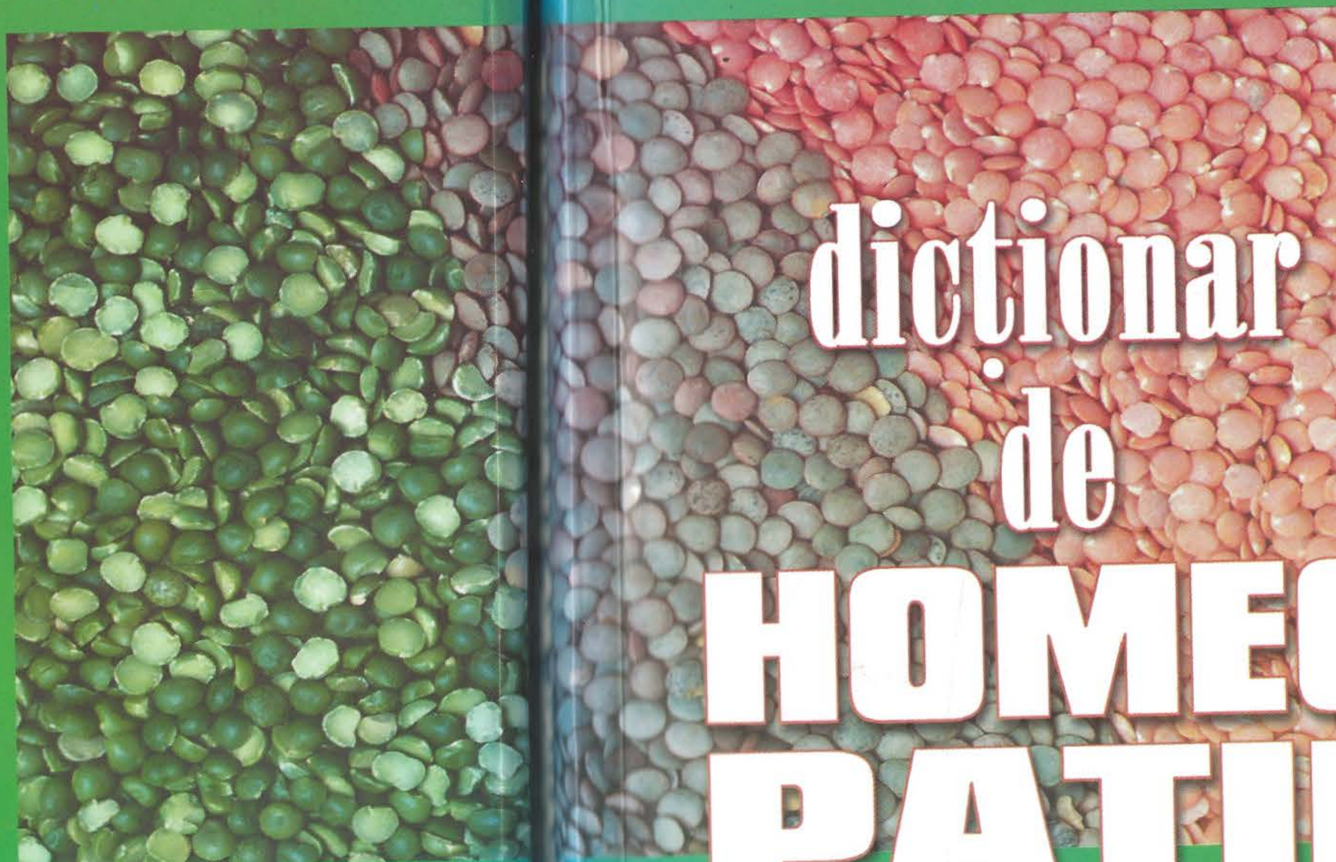
În acest dicționar veți găsi descrierea completă a majorității medicamentelor homeopatice utilizate azi, alături de sfaturi pentru folosirea lor fără riscuri în bolile curente. Pentru fiecare caz se vor preciza posibilitățile și limitele automedicației.

Un spațiu mare este acordat de asemenea istoriei homeopatiei, practicii sale, fabricării remediilor, precum și unor sfaturi pentru înțelegerea și urmarea tratamentelor medicului.

Dr. Jacques Boulet

ISBN 973-8372-18-6

Editura LUCMAN



jacques boulet

dicționar de HOMEOPATIE

Editura LUCMAN

Editor: Lucian Borleanu
Coperta: Carmen Lucaci
Tehnoredactarea: Mihaela Bârloiu

Comenzile pot fi trimise pe adresa editurii:
Editura ***Lucman***, București, Bd. Al. I. Cuza, nr. 91, sector 1
Telefon/fax: 01.223.77.55
ISBN 973-8372-18-6

Printed in Romania
grupul drago print
fed print sa
O societate **Butan Gas**
B-dul Tudor Vladimirescu, nr. 31, sector 5, București, ROMÂNIA
Telefon: 335.93.18; 335.97.47
Fax: 337.33.77

Jacques Boulet

DICȚIONAR DE HOMEOPATIE

Ediția a II-a actualizată și adăugită

Traducere de
Nicolae Constantinescu

Editura ***LUCMAN***

INTRODUCERE

Definiţia cea mai scurtă şi cea mai concisă a homeopatiei ar putea să fie următoarea: prescrierea de către medic, eliberarea de către farmacist şi luarea de către pacient a unor medicamente homeopatice.

Medicamentele homeopatice constituie cheia de boltă a homeopatiei. C.F.S. Hahnemann, medic german, cel care a fondat homeopatia în urmă cu două secole, a fost la început farmacolog. Cercetările sale urmăreau înainte de orice găsirea unei utilizări optime — în afara oricăror teorii filozofice — a unor medicamente eficace şi lipsite de toxicitate. Experimentarea şi observarea clinică au constituit singurul său ghid pentru realizarea unei farmacopei pe care azi, în Franţa, o utilizează un medic din trei şi pe care o apreciază doi francezi din trei.

Fiecare medic homeopat ştie acum că practica homeopatiei este exigentă şi că prescrierea medicamentelor homeopatice respectă nişte reguli precise. O chestionare şi un examen minuţios, luarea în calcul a sensibilităţii individuale, înţelegerea simptomelor şi a maladiilor în contextul medical şi în mediul bolnavului constituie baza practicii sale zilnice. Această abundenţă şi această exigenţă clinică se potrivesc din ce în ce mai mult cu dezvoltarea unei medicini care se doreşte mai etică, mai umană, mai individualizată şi mai economică. Medicamentul homeopatic răspunde tuturor acestor aşteptări hipocratice: eficacitate, respect faţă de individ şi încredere în capacităţile sale naturale de reacţie.

Automedicaţia trebuie să respecte anumite reguli:

— să ştii să alegi dintre mai multe medicamente;

— să ştii în ce moment să consulţi un medic; să ştii să recunoşti simptomele de alarmă;

— să ştii că unele maladii necesită un tratament de teren;
— să ştii să te cunoşti mai bine, să fii mai responsabil de sănătatea ta şi mai activ alături de medicul tău homeopat.

În acest dicţionar veţi găsi descrierea completă a majorităţii medicamentelor homeopatice utilizate azi şi sfaturi pentru folosirea lor fără riscuri în bolile curente. Pentru fiecare caz se vor preciza posibilităţile şi limitele automedicaţiei.

Un spaţiu mare este acordat şi istoriei homeopatiei, practicii sale, fabricării medicamentului, precum şi unor sfaturi pentru a înţelege şi a urma tratamentele medicului.

Doctor Jacques Boulet

GHID DE CONSULTARE A DICŢIONARULUI

În acest dicţionar sunt clasificate în ordine alfabetică peste 1100 de articole. Homeopatia este abordată sub toate aspectele.

Bazele homeopatiei

Aproximativ o sută de articole descriu şi dezvoltă pe larg istoria, fundamentele, principiile, practica şi limitele homeopatiei. De la C.F.S. Hahnemann, fondatorul homeopatiei, la lucrările recente de cercetare, trecând prin noţiunea de teren, de la fabricare până la tehnicile de prescriere, toate aspectele homeopatiei sunt prezentate, ţinând cont de cunoştinţele şi de progresele medicinei de azi.

Medicamentele

Cele trei sute cincizeci de medicamente prezentate acoperă din plin practica actuală a homeopatiei.

Pentru unele medicamente, numite policreste*, o descriere a situaţiilor sensibile* şi de tip sensibil* completează pe cea a simptomelor caracteristice şi a indicaţiilor uzuale.

Veţi găsi posologii în rubrica „***Experienţa mea***”, indicându-se de fiecare dată limitele automedicaţiei.

Maladiile

Sunt prezentate cinci sute de maladii sau situaţii împreună cu sfaturi şi posologii precise. Locul homeopatiei apare deseori ca fiind dublu: mai întâi ca un tratament iniţial în majoritatea bolilor curente (rino-faringită, anexită, insomnie...) şi, în patologii mai grele (ulcerul stomacului, astm, reumatism inflamatoriu), o terapeutică complemen-

* Asteriscul semnalează termenii trataţi în această lucrare (n.a.).

tară, care permite optimizarea reacţiilor organismului şi acţiunea tratamentelor clasice necesare. Homeopatia trebuie avută în vedere chiar şi în situaţii foarte dificile (cancer, sida).

Pentru maladiile cele mai frecvente sunt propuse indicaţii practice foarte detaliate, împreună cu tabele, în care sunt grupate principalele medicamente utile.

Simptomele

Acest dicţionar este completat de o sută cincizeci de simptome, uneori originale. Ele dovedesc specificitatea practicii homeopatiei, care respectă sensibilitatea personală a fiecărui pacient. Condiţiile de ameliorare sau de agravare, evenimentele declanşatoare, climatul, poziţia, emoţia sunt totdeauna căutate de medic, deoarece îi permit să repereze sau să confirme sensibilitatea la un medicament. După cum localizarea unei dureri sau a unei leziuni (eczemă, de exemplu) este foarte importantă şi orientează alegerea precisă a unui medicament. Pentru aceste rubrici nu se propune nici o posologie, ea depinzând de patologia în cauză.

Pictogramele folosite

⧗ — medicamentele cele mai bune ale homeopatiei: acţiunea lor este fidelă şi spectaculoasă.

☗☗ — medicamentele indispensabile.

✦ — simptomele orientative de sensibilitate.

◉ — este necesară o consultaţie.

⚕ — se impune un tratament al terenului.

A

ABANDON

Sentimentul că eşti abandonat, părăsit. De exemplu — la un copil când e dat la şcoală sau la naşterea unui frăţior sau a unei surioare. Copilul pare să facă regrese: face din nou pipi în pat, e capricios, prezintă tulburări de somn. Un adult, după o ruptură sentimentală, poate să prezinte crize de lacrimi şi căutarea consolării. Această emotivitate deosebită apare mai ales la subiecţii care reacţionează bine la *Pulsatilla*. Poate fi luată o doză de 15 CH. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul. *Vezi SENTIMENT*.

ABCES ◉

În caz de abces sau de antrax trebuie, în aşteptarea consultării medicului, să se ia: *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză la douăsprezece ore de 4 ori, şi *Pyrogenium 9 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi, timp de două zile. Dacă abcesul nu dă înapoi în patruzeci şi opt de ore, se impune consultarea medicului, fiind necesar un tratament cu antibiotice sau chirurgical.

În caz de abces al feţei, îndeosebi în regiunea nasului, trebuie urmat acelaşi tratament şi consultat rapid medicul.

ABIES NIGRA

Origine
Bradul negru.

Principalele indicații
Spasme ale esofagului și ale stomacului, cu senzație de nod.

Comparații și asocieri
Ignatia: ghem în stomac.
Nux vomica: stomac balonat, cu aciditate.

ABROTANUM

Origine
O plantă meridională cu un miros aromatic apropiat de cel al lămâii.

Principalele indicații
Slăbire extremă în urma diareei sau a subnutriției.

Comparații și asocieri
China: pierdere de lichid.
Natrum muriaticum: slăbire.
Silicea: denutriție.

ABȚINEREA DE LA MÂNCARE (POSTITUL)

Unele persoane practică postitul în mod ocazional sau în mod regulat, pentru sănătatea lor sau din convingeri personale. Este înțelept să anunțați medicul, pentru ca el să vadă dacă acest postit nu este cumva incompatibil cu sănătatea dumneavoastră și să determine care sunt limitele posibile.

În toate cazurile, un tratament homeopatic va putea fi luat în considerare pentru "optimizarea" postitului sau pentru tratarea efectelor lui negative.

Abținerea de la mâncare provoacă o consumare a rezervelor organismului, cu eliminarea multor toxine. Trebuie deci drenată sau "canalizată" această eliminare, cu medicamente care o favorizează, de exemplu formula următoare preparată de farmacist:

- *Berberis 6 DH*,
- Solidago, 6 DH,
- Chelidonium 6 DH,
- *Saponaria 6 DH*.

Se iau 15 picături, de două ori pe zi, în foarte puțină apă.

Abținerea de la mâncare provoacă și multe pierderi de minerale și de lichid; trebuie deci să se adauge sistematic: *China 9 CH*, 5 granule, de două ori pe zi, și *Silicea 15 CH*, 5 granule pe zi.

În sfârșit, în caz de oboseală nervoasă, se ia *Kalium phosphoricum 9 CH*, 5 granule, de două ori pe zi.

ABUZ

Se pot indica anumite medicamente în urma unor abuzuri specifice, care constituie cauze declanșatoare. Să se ia în 9 CH, 5 granule, fie preventiv înainte de masă, fie de 2 ori pe zi, timp de trei zile:

— exces de mâncare în general: *Nux vomica, Antimonium crudum*;
— alcool: *Nux vomica*;
— unt: *Pulsatilla*;
— bere: *Kalium bichromicum*;
— băutură gazoasă: *Kalium carbonicum* (balonări ale stomacului);
— cafea: *Coffea*;
— varză: *Petroleum*;
— condimente: *Nux vomica*;
— crudități: *Lycopodium* (balonări), *Bryonia* (dureri de burtă);
— crustacee: *Urtica urens* (urticarie);
— fructe: *China* (diaree);
— grăsimi: *Pulsatilla, Carbo vegetabilis*;
— lapte: *Aethusa* (intoleranța sugarului la lapte), *Magnesia carbonica* (diaree);
— laxativ: *Nux vomica* (colită);
— ou: *Sulfur*;
— ceapă: *Thuya*;
— produse de patiserie: *Carbo vegetabilis*;
— pește: *Urtica urens*;

— chinină: *Natrum muriaticum, China;*
— sare: *Natrum muriaticum*;
— zahăr: *Argentum nitricum*;
— ceai: *Thea*;
— carne: *Allium sativum*;
— vin: *Zincum* (crampe după consumul de vin alb sau şampanie).

AC

➢ *Durere înţepătoare*
— ca acele, arsură cu edem: *Apis 15 CH*, 5 granule la fiecare jumătate de oră, de 4 ori.
— ca acele de gheaţă, degerături: *Agaricus 5 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi.
➢ *Teamă, fobie*
— de toate obiectele care înţeapă sau taie. Această teamă deosebită indică mai ales o sensibilitate la *Alumina*.
— de a te înţepa cu acele: *Silicea*.
➢ *Ghimpe de arici de mare*
Silicea 15 CH, 1 doză trei zile la rând pentru a face să iasă ghimpii.
Vezi FRICĂ.

ACARIENI

Alergia la acarieni, ca toate terenurile alergice, necesită un tratament al simptomelor şi un tratament de fond (*vezi ALERGIE*). Se poate adăuga sistematic *Blatta orientalis* 9 CH, 5 granule pe zi în perioada de criză.

ACCELERAŢIE

Rău de transport* (maşină) în caz de acceleraţie sau de coborâre bruscă: *Borax 9 CH*, 5 granule la fiecare oră, în timpul călătoriei. Tratamentul trebuie să înceapă din ajun (5 granule, de 3 ori).
Vezi RĂU DE MAŞINĂ/TRANSPORT.

ACCIDENT

După orice accident cu şoc fizic se ia:
Arnica 15 CH, 1 doză de repetat după două ore.

ACETONEMIE

În timpul crizei se iau, la fiecare oră, 5 granule de *Senna 4 CH* şi se bea o băutură dulce, sărată sau tonică — de exemplu Coca-Cola. Aceste crize apar la copiii „hepatici" şi va fi necesar un tratament de fond.

ACIDITATE

Se iau *Robinia 6 DH* şi *Iris versicolor 6 DH*, 3 granule din fiecare, înainte de mese. Dacă tulburările persistă, trebuie să se consulte medicul.

ACNEE

Întrebări
În ce loc se află coşurile: frunte, bărbie, spate, torace?
Cum arată: mici, chisturi mari, furuncule?
Numărul: câţiva sau foarte numeroşi?
Contextul: pubertate, tulburări hormonale, tulburări digestive?

Abordarea practică
În aşteptarea consultării medicului pentru un tratament de fond, se iau timp de o lună:
Local: *Ruboderm*, dimineaţa şi seara.
Sulfur iodatum 9 CH, 5 granule pe zi.
➢ *Şi în plus*
Unul sau două medicamente alese din lista de mai jos în 9 CH, 5 granule din fiecare pe zi.

➢ *Şi în plus*
Oligo-elemente de cupru şi de zinc:

În granule: *Oligogranul*, 5 granule pe zi.
În fiole: *Oligosol, Granions, Microsol*, 1 fiolă din fiecare pe zi.

➢ *Şi în plus, dacă e necesar*
Un medicament de regularizare hormonală pentru tinerele fete: 1 doză de *Folliculinum 15 CH* va fi foarte utilă în a zecea zi a ciclului, când acneea revine sau se agravează înaintea menstruaţiei.

Trebuie consultat medicul
— pentru un tratament de teren,
— când coşurile apar brusc în afara pubertăţii,
— când coşurile sunt foarte infectate.

Medicamentele de teren pe care le va prescrie medicul
Sulfur, Natrum muriaticum, Sepia, Lycopodium, Tuberculinum, Thuya, Silicea.
Aceste medicamente sunt prescrise în general în 15 CH, 1 doză de 2-4 ori pe lună, timp de şase luni.

ACNEE: coşurile sunt foarte numeroase

SULFUR IODATUM
— acnee juvenilă clasică, care se întinde pe umeri;
— prezenţa unor ganglioni.
✧ ***Experienţa mea***
Medicament sistematic în acneea juvenilă.

KALIUM BROMATIUM
— chisturi mari, infectate, mai ales la nivelul maxilarului;
— adolescent deseori anxios.
✧ ***Experienţa mea***
La acest adolescent obosit se manifestă deseori o agitaţie a mâinilor şi insomnii.

SELENIUM
— Piele, păr gras şi multe coşuri pe frunte.
✧ ***Experienţa mea***
Se potriveşte mai ales unor adolescenţi obosiţi după efort.

ACNEE: Coşurile sunt dureroase sau infectate

ARNICA
Coşuri întărite, albăstrui şi dureroase.

➢***Experienţa mea***
Coşurile sunt deseori simetrice pe faţă.

HEPAR SULFUR
Chisturi mari, dureroase, cu puroi.

✧ ***Experienţa mea***
Atenţie: nu folosiţi decât 15 CH, 1 doză pe săptămână.

EUGENIA JAMBOSA
Coşuri mici, în număr scăzut, cu un vârf alb, cu contururi dureroase.

✧ ***Experienţa mea***
Clasic în momentul menstruaţiei.

ACNEE: declanşată sau agravată de probleme digestive
ANTIMONIUM CRUDUM
Acneea mâncăcioşilor cu indigestii frecvente.
✧ ***Experienţa mea***
Deseori se constată şi negi plantari.

NUX VOMICA
Pusee după excese gastronomice sau alcool.
✧ ***Experienţa mea***
O bună igienă alimentară şi exerciţiile fizice sunt indispensabile.

LYCOPODIUM
Acneea hepaticilor obişnuiţi cu crizele de ficat.
✧ ***Experienţa mea***
Deseori sunt semnalate şi alte dermatoze: eczeme, urticarie.

ACNEE: declanşată sau agravată de probleme hormonale

FOLLICULINUM
Sindrom premenstrual marcat prin edem şi enervare.

LUTEINUM
Sindrom premenstrual marcat de deprimare şi migrene.

ANDROSTERON
Hormonul masculin care favorizează acneea şi la femeia la menopauză.

✧ *Experienţa mea*

Mânuirea tratamentelor de regularizare a sensibilităţii hormonale este delicată şi aparţine medicului homeopat. Cu titlu de indicaţie:

Folliculinum: în general în 15 CH, 1 doză în a zecea zi a ciclului.

Luteinum: în general în 4 CH, 5 granule pe zi din ziua a paisprezecea până în ziua a douăzeci şi opta.

Androsteron: în general în 15 CH, 1 doză pe săptămână.

Nicolas, în vârstă de optsprezece ani, prezintă de doi ani acnee pe faţă şi pe umeri. Coşurile sunt grase, dureroase şi conţin puroi.

➢ SULFUR IODATUM 9 CH, 5 granule, dimineaţa.

➢ KALLIUM BROMATUM 9 CH, 5 granule, seara.

➢ DHAS 15 CH, 1 doză pe săptămână.

Acest tratament poate să fie menţinut timp de două luni, înainte de consultarea medicului.

Noémie, în vârstă de 16 ani, se plânge de acnee pe frunte şi în jurul gurii. E vorba de coşuri mici, nedureroşi şi puţin purulenţi. Totul se agravează înaintea menstruaţiei.

➢ NATRIUM MURIATICUM 15 CH, 1 doză pe săptămână.

➢ SELENIUM 9 CH, 5 granule, dimineaţa.

➢ EUGENIA JAMBOSA 9 CH, 5 granule, seara.

➢ FOLLICULINUM 15 CH, 1 doză în a zecea zi a ciclului.

Acest tratament poate să fie menţinut timp de două luni, înainte de consultarea medicului.

ACOMODARE

Oboseală vizuală sau dificultăţi de adaptare: *Arnica 9 CH* şi *Ruta 5 CH*, 5 granule înainte şi după efortul ocular — lucru la computer, şedinţă de ortoptie. Consultarea oftalmologului este necesară în toate cazurile.

ACONITUM

Origine

Aconitul conţine substanţe toxice ce provoacă tulburări neurologice şi cardiace. Experimentarea homeopatică urmăreşte acelaşi tip de acţiune.

Simptome caracteristice

— angoasă profundă cu agitaţie;
— nevralgie intensă;
— febră bruscă, foarte mare, cu înroşirea feţei, fără sudoare;
— simptomele apar mai ales după o răceală puternică.

Principalele indicaţii

— febră acută gripală;
— nevralgie acută a feţei după răceală;
— insolaţie;
— puseu de hipertensiune cu înroşire şi agitaţie;
— panică cu agitaţie şi palpitaţii.

Comparaţii şi asocieri

Belladonna: febră acută.
Gelsemium: panică.

De avut în casă

Aconitum 9 CH, 1 tub.

ACROCIANOZĂ

Colorarea albastru-violaceu a extremităţilor degetelor la frig sau la umiditate. Să se ia sistematic:

Arnica 9 CH şi *Carbo vegetabilis 9 CH*, 5 granule din fiecare de două ori pe zi, pentru o cură de o lună.

Acest fenomen se produce mai ales la femeile tinere. Un tratament de fond cuprinde de cele mai multe ori medicamente precum *Natrum muriaticum* sau *Pulsatilla*.

Vezi DEGERĂTURI, RAYNAUD (sindromul lui).

ACTAEA RACEMOSA

Origine

Orbalțul ciorchine. Planta conține printre altele o substanță apropiată de estrogen, ceea ce explică faptul că experimentarea și utilizarea homeopatică permit o acțiune preponderentă asupra tulburărilor endocrine ale femeii.

Simptome caracteristice

— dureri ale sânilor înainte de menstruație;
— dureri ale ovarelor;
— dureri care străbat burta în momentul menstruației, durerile fiind proporționale cu abundența fluxului;
— contracții dureroase ale mușchilor cefei și sensibilitate la apăsarea vertebrelor dorsale.

Principalele indicații

— menstruație dureroasă;
— torticolis sau nevralgii cervico-dorsale în momentul menstruației;
— sânii dureroși înainte de menstruație;
— regularizarea contracțiilor în momentul nașterii.

Comparații și asocieri

Caulophyllum: menstruație dureroasă, naștere.
Lac caninum : sâni dureroși înainte de menstruație.
Rhus toxicodendron: dureri cervicale.

ACTAEA SPICATA

Origine

Orbalțul în spic.

Principalele indicații

Reumatism cu deformarea încheieturii mâinilor și a degetelor.

Comparații și asocieri

Caulophyllum, Polygonum aviculare: reumatism al articulațiilor degetelor.

ACTH

Origine

Adrenocorticotrofina, hormon hipofizar care stimulează glanda suprarenală.

Utilizare homeopatică

Propus drept complement la tratamentele clasice în cazul tulburărilor ritmului cardiac.

ACUFENE

Huruituri sau șuierături în urechi. În toate cazurile, va trebui să consultați medicul pentru a determina originea acestor zgomote: ureche înfundată, tulburări ale circulației sanguine în urechea internă sau hipertensiune.

Până la consultarea medicului, e bine să se ia:
Chininum sulfuricum 9 CH și *Belladonna 9 CH*, 5 granule din fiecare de două ori pe zi.

ACUITATE

— hiperacuitate senzorială cu hiperexcitație nervoasă: *Ignatia 15 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi.
— hiperacuitate senzorială cu iritabilitate: *Nux vomica 9 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi.
— hiperacuitate auditivă: *Asarum 9 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi.

ACUPUNCTURĂ

Acupunctura este deseori asociată în practică cu homeopatia, totuși originile lor sunt foarte diferite.

Acupunctura datează de câteva milenii. Originea și dezvoltarea ei sunt strâns legate de gândirea filozofică taoistă. Homeopatia este bicentenară. Ea a luat naștere și s-a dezvoltat datorită observației

terapeutice şi utilizării unor medicamente, având o farmacologie foarte deosebită, descoperită de Hahnemann.

Cele două terapeutici sunt deseori asociate de unii medici, deoarece şi una şi cealaltă se bizuie pe posibilităţile de reacţie ale bolnavului, iar acţiunea lor constă esenţialmente în stimularea şi ghidarea acestei reacţii. În acest scop, în ambele cazuri, medicul trebuie să studieze în detaliu reacţia individuală a bolnavului şi mediul atât fizic, cât şi psihologic al acestuia.

În practică, acupunctura şi homeopatia se asociază deosebit de bine în următoarele cazuri:

— sindromuri dureroase, mai ales reumatismale;

— stres, insomnie;

— alergie.

Homeopatia foloseşte punctele lui Weihe. E vorba de puncte cutanate, dureroase, corespunzând atât sensibilităţii la medicamente homeopatice, cât şi unor puncte de acupunctură.

ADENOM

Tumoare glandulară benignă care se poate dezvolta pe toate glandele. Adenomul, de cele mai multe ori, constituie dovada unui mod reacţional cronic (teren) sicotic*. Se aplică deci un tratament de fond pe bază de *Thuya*, în special pentru adenomul de prostată (*vezi PROSTATĂ*). Consultarea medicului este obligatorie.

ADENOPATIE

Creşterea în volum a unuia sau a mai multor ganglioni, a cărei origine poate să fie inflamatorie, infecţioasă sau tumorală. În toate cazurile, descoperirea unei adenopatii trebuie să ducă la consultarea medicului.

Adenopatiile cronice sunt frecvente la copiii cu maladii ORL recidivante; ele indică atunci un teren tuberculinic* pe care îl va trata medicul homeopat: *Tuberculinum, Sulfur iodatum, Silicea.*

Din punct de vedere simptomatologic, se pot folosi:

Drosera 5 CH şi *Baryta iodata 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de cel puţin o lună.

ADERENŢĂ

Pentru a diminua riscul de formare a aderenţei în urma unei intervenţii chirurgicale abdominale (ocluzie, peritonită, veziculă, hernie, apendicită), se iau:

Calcarea fluorica 9 CH şi *Graphites 9 CH*, 3 granule din fiecare, de două ori pe zi, timp de cincisprezece zile.

ADORMIRE

— adormire grea: *vezi INSOMNIE*;

— adormire după mese: *Nux vomica 9 CH*, 5 granule înainte de masă;

— adormire irezistibilă în plină zi: *Opium 15 CH*, 5 granule dimineaţa;

— în timpul sarcinii: *Nux moschata 9 CH*, 5 granule pe zi.

AEROCOLIE

Vezi BALONĂRI.

AEROFAGIE

Este vorba de o deglutiţie de aer fără aliment, ceea ce provoacă o umflare a stomacului şi râgâieli. Este un fenomen nervos.

Se ia timp de zece zile:

— *Argentum nitricum 9 CH*, 5 granule pe zi, pentru o persoană nervoasă, obsedată de programul de lucru, care se teme să nu întârzie, care suferă de dureri gastrice, însoţite de eructaţii zgomotoase.

— *Asa foetida 15 CH*, 5 granule pe zi, pentru o persoană nervoasă, care are impresia unui obstacol sau a unui obiect care urcă de-a lungul esofagului şi eructaţii dificile.

— *Nux vomica 5 CH*, 5 granule înainte de mese, pentru un mâncău iritabil, cu stomacul prea plin.

— *Lycopodium 9 CH*, 5 granule pe zi, pentru un hepatic iritabil, cu senzaţie de foame dureroasă — foame care se potoleşte repede — şi care se plânge de balonări intestinale şi de gaze.

În toate cazurile, se ia un oligo-element: magneziu-cobalt (se va putea adăuga 1 măsură pe zi).

Dacă tulburările persistă, trebuie să se consulte medicul.

AESCULUS HIPPOCASTANUM

Origine

Castanul sălbatic. Castana, care serveşte la prepararea medicamentului, are o compoziţie foarte bogată, în special în vitamina P. Medicamentul are efecte antihemoragice, antiinflamatorii şi antihemoroidale.

Simptome caracteristice

— congestia sistemului venos cu hemoroizi, varice;
— durere a regiunii sacro-iliace;
— congestie a mucoaselor gâtului cu varicozitate.

Durerile sunt totdeauna înţepătoare ca nişte ace, agravate de căldură şi ameliorate de răcoare.

Principalele indicaţii

— pusee hemoroidale;
— varice.

Comparaţii şi asocieri

Arnica: fragilitatea pereţilor vasculari.
Sepia: congestia sistemului venos.

AETHUSA CYNAPIUM

Origine

Cucuta mică este o buruiană din grădini care poate fi confundată cu pătrunjelul.

Principalele indicaţii

Intoleranţa sugarului la lapte, cu vome şi diaree.

AFONIE

Pierderea vocii: se iau timp de patruzeci şi opt de ore, în aşteptarea consultării medicului:

➢ **În urma unui efort vocal: cântece, strigăte**

Arnica 15 CH, 1 doză dimineaţa şi seara, timp de două zile, şi *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi.

➢ **La cântăreţi şi oratori**

Argentum metallicum 9 CH, 5 granule de 4 ori pe zi, în alternanţă cu *Homeovox*, 2 drajeuri de supt din două în două ore.

➢ **Consecutiv cu o spaimă sau emoţii puternice**

Gelsemium 15 CH, 1 doză dimineaţa şi seara, timp de două zile. şi *Homeovox*, 2 drajeuri de supt din oră în oră.

➢ **Consecutiv unei răceli**

Aconit 9 CH şi *Arum triphyllum 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

➢ **În timpul menstruaţiei**

Graphites 9 CH şi *Ammonium carbonicum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, în ultimele zile ale ciclului.

AFRODISIAC

Nu există propriu-zis afrodisiac homeopatic, ceea ce e logic, scopul acestei terapeutici fiind înainte de toate de a stimula răspunsul natural al organismului, nu să se substituie lui. Tratamentul homeopatic va folosi mai ales medicamente cu o acţiune generală asupra sensibilităţii emoţionale şi a echilibrului.

— anxietate, trac: *Gelsemium 15 CH*, 5 granule pe zi:
— oboseală sexuală: *Agnus castus 15 CH* şi *Selenium 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.
— lipsa de dorinţă: *Sepia 15 CH*, 5 granule pe zi.

De cele mai multe ori este necesar un tratament de fond al terenului anxios. Pe de altă parte, pot exista cauze organice, caz în care trebuie să se facă analize complete.

AFTĂ

Întrebările

Afta e unică sau multiplă?
Unde e situată (gingii, limbă, cerul gurii, gât)?
Ce aspect are (ulcerații albicioase, sângerări)?
Există o modificare a stării generale?

Ce trebuie făcut

În așteptarea consultării medicului, se ia sistematic timp de patruzeci și opt de ore:
Mercurius corrosivus 5 CH, 5 granule din două în două ore.

➢ *Și în plus*
Unul dintre medicamentele alese din lista de mai jos în 9 CH, 5 granule din două în două ore, în alternanță cu *Mercurius corrosivus*.
➢ *Și în plus*
Se fac băi de gură cu 30 picături, într-un pahar cu apă fiartă și răcită, de *Phytogargarisme* sau cu preparatul următor:
— *Calendula TM,*
— *Phitolacca TM,*
— *Hydrastis TM.*

Trebuie consultat medicul

— dacă aftele sunt numeroase și invadează cerul gurii și gâtul;
— dacă există simptome generale (febră, ganglioni);
— dacă nici o ameliorare nu intervine în patruzeci și opt de ore;
— dacă aftele au apărut în cursul unui tratament medical;
— dacă recidivează în mod regulat;
— dacă sunt însoțite de alte manifestări (articulare, oculare).

BORAX
O singură ulcerație la gingie, foarte fierbinte.
✧ ***Experiența mea***
Medicamentul clasic al unei singure afte.

MERCURIUS CORROSIVUS
Ulcerații multiple dureroase într-o gură infectată.

✧ ***Experiența mea***
Medicamentul tuturor infecțiilor gurii, cu ulcerații.

KALIUM BICHROMICUM
Ulcerație adâncă, cu secreții gălbui.
✧ ***Experiența mea***
Mai ales la nivelul gâtului sau al amigdalelor.

ARSENICUM ALBUM
Leziuni calmate în contact cu căldura.
✧ ***Experiența mea***
Mal ales pe marginea limbii.

NITRICUM ACIDUM
Ca niște tăieturi foarte înțepătoare, care sângerează.
✧ ***Experiența mea***
Trebuie tratată aciditatea gastrică.

SECALE CORNUTUM
Ulcerație având în jur pete de un roșu închis.
✧ ***Experiența mea***
Medicament foarte util în cazul aftozelor rebele la tratament.

AGARICUS MUSCARIUS

Origine

Ciuperca-moartea muștelor. Intoxicația accidentală cu această ciupercă provoacă tulburări apropiate de cele obținute cu atropina *Belladonna*: tulburări nervoase și spasme. Practica homeopatică confirmă și precizează această toxicologie.

Simptome caracteristice

— spasme musculare la nivelul feței;
— lipsa de coordonare motrice;
— înroșirea pielii, cu dureri înțepătoare ca niște ace.

Principalele indicații

— ticuri ale feței;
— degerături;
— algodistrofie.

AGITAȚIE ◎

— totdeauna grăbit , precipitat: *Argentum nitricum*;
— agitația picioarelor: *Zincum*;
— agitația mâinilor: *Kalium bromatum*;
— agitație, ticuri ale feței: *Agaricus*.
Aceste medicamente se iau în 15 CH, 5 granule pe zi.
Dacă tulburările persistă, trebuie să se consulte medicul.

AGNUS CASTUS

Origine
Mielăreaua comună provine din Asia centrală și poate fi găsită în regiunile mediteraneene.

Principalele indicații
Diminuarea dorinței sexuale.

Comparații și asocieri
Selenium: astenie sexuală.

AGORAFOBIE

Teamă de spațiile întinse, de piețe, de poduri etc. sau, prin extensie, teama de locurile foarte populate sau de mulțime. Această teamă deosebită indică mai ales o sensibilitate la *Pulsatilla*.

AGRAPHIS NUTANS

Origine
Zambila de pădure.

Principalele indicații
Hipertrofie a amigdalelor, vegetațiilor.

AGRAVARE ✧

Agravările — ca și ameliorările — unui simptom sau ale stării generale sunt indicații foarte importante pentru alegerea medica-

mentelor homeopatice. Vom găsi în acest dicționar fiecare dintre aceste modalități, în ordine alfabetică. Iată principalele:
— alcool: *Nux vomica*;
— altitudine: *Coca*;
— baie caldă: *Lachesis, Sulfur*;
— baie rece: *Antimonium crudum*;
— căldură: *Pulsatilla, Gelsemium, Lachesis, Sulfur, Natrum carbonicum*;
— căldura patului: *Lycopodium, Mercurius solubilis*;
— curent de aer: *Hepar sulfur, Psorinum*:
— eforturi cerebrale: *Kalium phosphoricum*;
— eforturi fizice: *Arsenicum album*;
— frig: *Nux vomica, Silicea, Psorinum, Arsenicum album*;
— mișcare: *Bryonia*;
— masă (după): *Lycopodium, Nux vomica, Pulsatilla*;
— masă (înainte): *Natrum muriaticum, Sulfur, Phosphorus*;
— somn: *Lachesis*.
Vezi CLIMATOLOGIE.

AGRAVARE (printr-un tratament homeopatic)

Se spune uneori că un tratament homeopatic poate să agraveze simptomele.

De fapt, se pot remarca trei tipuri de agravare:

1. Agravarea simptomului însuși. Simptomul, departe de a se calma, se exacerbează, de exemplu o durere de cap, o insomnie. Acest lucru se poate produce atunci când e legat de o tulburare funcțională sau general acută, depinzând de sensibilitatea reacțională a bolnavului: diluarea e poate prea scăzută, și sensibilitatea pacientului, în loc să fie tratată, este excitată; sau simptomul se estompează, sensibilitatea se inversează și medicamentul reproduce simptomul vindecat în prealabil. Acest fenomen îndeamnă la respectarea regulii clasice de rărire apoi de oprire a tratamentului odată cu ameliorarea.

2. Apariția altor simptome. Unele medicamente pot să declanșeze reacții de eliminare ale organismului: febră, diaree, erupții, supurații. În această categorie se situează *Sulfur, Pulsatilla* sau *Hepar sulfur*. Se cuvine deci să fim prudenți cu aceste medicamente și să le asociem cu medicamente de „drenare”, care facilitează eliminările pe care le provoacă.

3. În fine, când un medicament acționează exact asupra sensibilității unui bolnav, acesta poate să simtă o oboseală generală — dovada unei reacții puternice a organismului. Această oboseală este deseori un semn bun, de aceea trebuie să știm să rărim următoarele doze, sau să le oprim, și să nu luăm din nou medicamentul decât la reapariția simptomelor.

Pot fi aceste agravări grave sau ireversibile?

Mai întâi, trebuie știut că nu poate avea loc o intoxicare sau otrăvire cu un medicament homeopatic, chiar dacă, din greșeală, o persoană — deseori un copil — ar înghiți un întreg tub dintr-un medicament, indicat sau nu; incidentele de tratament homeopatic țin de modul de reacție, nu sunt niciodată grave, sunt totdeauna reversibile și se datorează în general folosirii repetate a unui medicament indicat, care trebuie în acest caz oprit.

AHILE (călcâiul lui)

Pentru dureri sau tendinite: *Medorrhinum 15 CH*, 1 doză pe săptămână, de repetat de 4 ori, precum și *Ruta 5 CH* și *Rhus toxicodendron 9 CH* (5 granule din fiecare de 3 ori pe zi).

AILANTHUS

Origine

Cenușerul crește foarte frecvent pe marginea aleilor sau drumurilor din Franța.

Principalele indicații

Anghina mononucleozelor infecțioase.

ALĂPTARE

➢ *Să se ia sistematic* pe toată durata alăptării, începând cu cincisprezece zile înainte de naștere:

— *China 9 CH*, 5 granule dimineața și seara;

— *Ostéocynésine*, 2 comprimate dimineața și seara;

— *Silicea 15 CH*, 1 doză de 3 ori pe săptămână.

➢ *Pentru a stimula venirea laptelui*

Ricinus 4 CH, 5 granule de trei ori pe zi, în primele trei zile.

➢ *Pentru prevenirea crăpăturilor*

Cremă *Castor equi* local, după fiecare alăptare.

➢ *În caz de crăpături*

Nitricum acidum 5 CH și *Graphites 15 CH*, 5 granule, în alternanță, de 4 ori pe zi.

➢ *Dacă sânii sunt roșii și înfundați*

Belladonna 9 CH și *Bryonia 9 CH*, 5 granule, în alternanță, de 4 ori pe zi.

➢ *Pentru înțărcare*

— *Pulsatilla 15 CH*, 1 doză trei dimineți la rând;

— *Calcarea carbonica 15 CH*, 1 doză trei seri la rând.

ALBUMINURIE

Depistarea albuminuriei (prezența albuminei în urină) trebuie să ducă la consultarea medicului. La unele persoane înalte, poate exista o albuminurie numai atunci când stau în picioare (albuminurie ortistatică): *Calcarea phosphorica 15 CH*, 1 doză pe săptămână.

ALCOOLISM

Alcoolismul trebuie să ducă la consultarea medicului și, de cele mai multe ori, la spitalizarea într-o clinică specializată. Câteva medicamente homeopatice pot să fie foarte utile în completarea tratamentelor clasice:

— dorință de alcool, excitare, logoree: *Lachesis 15 CH*, 5 granule pe zi;

— dorință de alcool, de zahăr, de „chefuială": *Sulfur 15 CH*, 1 doză pe săptămână;

— dorință de alcool sau de excitante: *Nux vomica 15 CH*, 5 granule pe zi;

— delir și agitație: *Hyoscyamus 15 CH*, 5 granule seara.

ALERGIE

Rinitele spasmodice, boala fânului în timpul verii sau conjunctivitele sunt din ce în ce mai frecvente. Motivele acestei

amplori a alergiilor respiratorii sunt multiple: poluare, medicamente, alimentație, habitat, mod de viață.

Natura alergică a acestor manifestări este în orice caz evidentă (analizele o dovedesc), iar periodicitatea sau permanența tulburărilor implică participarea unui teren deosebit.

Trei situații se întâlnesc în mod frecvent:

Alergia este ocazională și se produce în condiții extrem de precise și identificabile.

De exemplu, mânuind un anume produs de întreținere, sau un produs cosmetic, sau în condiții emotive deosebite. Tratamentul se va sprijini fie pe medicamente homeopatice fabricate pe baza produsului în cauză (izopatice), fie pe medicamente corespunzătoare împrejurării emotive declanșatoare: de exemplu *Ignatia* (emoție) sau *Gelsemium* (teamă).

În toate cazurile, trebuie să se caute și să se trateze terenul alergic.

Alergia este sezonieră și legătura cu alergenii sezonieri (polen, fân, flori) nu poate fi pusă la îndoială.

Caracterul sezonier al simptomelor confirmă terenul alergic. Pe de altă parte, caracterul periodic indică în homeopatie un teren care va fi tratat cu medicamente de fond, precum *Sulfur, Psorinum, Arsenicum album, Natrum muriaticum,* de exemplu (prescrise de medic).

Medicamentele simptomatice vor fi prescrise de la apariția primelor simptome și vor fi cu atât mai active cu cât terenul va fi tratat preventiv.

Când cauza este identificată, se prescriu preventiv și curativ medicamente izopatice, precum *Pollen 30 CH* (5 granule pe zi), care constituie un ajutor prețios în foarte multe alergii de primăvară.

Alergia este continuă sau anarhică în frecvență și ritm.

Se vorbește în acest caz de alergii periodice, iar testele alergice arată în general reacții la o mulțime de alergeni, ceea ce face desensibilizările dificile. Acarienii și praful sunt aproape totdeauna implicați.

Acest tip de alergie pare legată de terenuri care se dovedesc în urma evenimentelor că au perturbat sistemele proprii de apărare ale individului și i-au modificat posibilitățile de adaptare.

Se vor căuta înainte de orice circumstanțele de apariție ale terenului vostru alergic (maladii, stres, medicamente), iar tratamentul prescris se va baza pe medicamente de fond, precum *Thuya* sau *Medorrhinum*. Un medicament foarte util în cazul alergiei la acarieni și la praf: *Blatta orientalis 15 CH* (gândacul de bucătărie, mare mâncător de praf și acarieni), 5 granule de 3 ori pe săptămână.

În toate cazurile, este uneori necesar să se folosească antialergice clasice, continuându-se tratamentul homeopatic de fond. Pe măsură ce acesta ameliorează terenul, se rărește doza de medicamente simptomatice homeopatice sau alopatice până la suprimarea lor.

În practică, în caz de alergie

Trebuie să vă consultați medicul homeopat pentru a face un tratament de teren.

Până la consultarea medicului, luați sistematic:

Apis 15 CH și *Poumon histamine 15 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, precum și medicamente homeopatice specifice simptomelor.

Vezi BOALA FÂNULUI, CONJUNCTIVITĂ.

ALERGIE ALIMENTARĂ

Ca și alergiile respiratorii, alergiile alimentare sunt din ce în ce mai numeroase. Se întâlnesc aceleași situații și trebuie să faceți analize alergologice și ale terenului vostru homeopatic.

În practică, în caz de alergie

Consultați medicul homeopat ca să faceți un tratament al terenului.

Până la consultarea medicului, luați sistematic:

Apis 15 CH și *Poumon histamine 15 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, precum și medicamente homeopatice specifice simptomului.

Vezi URTICARIE, ECZEMĂ.

ALETRIS FARINOSA

Origine

Aletris, plantă erbacee din America de Nord.

Principalele indicații
Oboseală asociată cu tulburări ginecologice.

Comparații și asocieri
China: oboseală după pierdere de lichid, *Aletris* a fost deseori numită „*China* uterului".

ALFALFA

Origine
Lucerna.
Principalele indicații
Convalescență, oboseală fizică, lipsa poftei de mâncare.

Comparații și asocieri
Avena sativa : ovăzul, care e deseori asociat cu lucerna, ca în produsele compuse *Cereale încolțite*.

ALGODISTROFIE

Sindrom care asociază, în urma traumatismului unui membru, tulburări circulatorii, edem, demineralizare, durere puternică și impotență aproape totală. Cazul cel mai frecvent este cel al unei fracturi a umărului sau a gleznei. O reeducare blândă și progresivă este indispensabilă, iar medicamentele homeopatice sunt foarte eficace în completarea tratamentului cu antiinflamatoare și analgezice clasice: *Calcarea phosphorica 9 CH* și *Silicea 15 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

ALIMENTAȚIE

Alimentația se situează din ce în ce mai mult în centrul dezbaterilor despre sănătate, iar importanța ei depășește problema greutății.

Prima constatare
Alimentația noastră este mai grasă (grăsimi animale) și mai săracă în zaharuri lente decât înainte.

Analizele comportamentului alimentar arată că alimentația noastră s-a schimbat considerabil în decursul ultimelor decenii:
— de 2 ori mai puțină pâine sau cartofi;
— de 7 ori mai puține legume uscate;
— de 2 ori mai multă carne și brânzeturi;
— de 2 ori mai mult zahăr.

A doua constatare
Se consideră azi că mai mult de jumătate din aporturile noastre energetice provin din alimente bogate în calorii și sărace în minerale și vitamine.

Alimentele au sărăcit în vitamine și în săruri minerale: supraexploatarea și deci sărăcirea solurilor, rafinarea, ambalarea, fierberea.

A treia constatare
Modul de viață din orașe (activități sedentare și lipsa exercițiilor fizice) și criteriile estetice ale unei siluete slabe fac, de teama îngrășării, ca rațiile calorice să se diminueze considerabil: 1700 calorii pe zi pentru o femeie și 2200 calorii pentru un bărbat (între optsprezece și cincizeci de ani).

Astfel, alimentația noastră este:
➢ *prea săracă în vitamine și minerale*
Pentru a obține cantitățile zilnice recomandate, ar trebui pentru o femeie în jur de 2500 calorii pentru zinc, vitamina B1 sau B6, și 3000 de calorii pentru fier, presupunând că alimentația ei e echilibrată și variată (carne, pește, lactate, legume, cereale...).
➢ *prea bogată în grăsimi și zaharuri rapide*
Trebuie, deci, pentru a ne păstra sănătatea, a preveni bolile și a ne păstra silueta:
— să avem o alimentație mai bine echilibrată;
— să adăugăm alimentației suplimente de vitamine, minerale și unii acizi grași.

Astăzi cunoaștem din ce în ce mai bine utilizarea complementelor alimentare. Știm în mod deosebit că nu toate pot fi asociate orbește și în orice cantitate sau la orice oră. Vitamina C nu trebuie să fie consumată pe stomacul gol; fierul și zincul nu trebuie să fie luate în același timp; supradozarea de seleniu sau de vitamina E sunt posibile.

Pentru bărbat, femeie sau copil, medicul va determina complementele necesare în funcție de vârstă, de simptomele pe care le prezintă și de modul de viață.

Stresul, maladiile, sarcina, unele medicamente (pilula în special), tutunul provoacă un supraconsum de substanțe nutritive. Există deja specialități cu dozări adaptate nevoilor voastre. Medicul sau farmacistul vă vor recomanda fie un tratament de echilibru cotidian, fie un tratament legat de o problemă punctuală: stres, probleme de piele, căderea părului, reumatism.

ALLIUM CEPA

Origine

Ceapa. În afară de iritarea mucoaselor, provocând strănut și rinite, ea are o puternică acțiune tiroidiană. Medicamentul homeopatic acționează asupra mucoaselor.

Simptome caracteristice

— coriză cu strănut, scurgeri abundente și iritante;
— tuse spasmodică;
— ameliorare la aer curat.

Principalele indicații

— rinită;
— boala fânului.

Comparații și asocieri

Euphrasia: boala fânului.

ALLIUM SATIVUM

Origine

Usturoiul.

Principalele indicații

— tulburări digestive ale mâncăilor, mai ales în cazul cărnii;
— dureri în șolduri.

Comparații și asocieri

Nux vomica: indigestie.
Causticum: dureri în șolduri.

ALOE

Origine

Aloe. Cunoscut pentru efectul său purgativ, medicamentul homeopatic dovedește o acțiune asupra aparatului digestiv.

Simptome caracteristice

— iritarea mucoaselor intestinale și diaree cu febră;
— scaun urgent, nesiguranță sfincteriană;
— hemoroizi.

Principalele indicații

— pusee hemoroidale;
— diaree acută cu nesiguranță sfincteriană.

Comparații și asocieri

Aesculus: hemoroizi.
Podophyllum: diaree acută.

ALOPECIE (căderea părului)

Sistematic: *Thallium sulfuricum 9 CH*, 5 granule pe zi, și 5 granule pe zi dintr-un medicament ales în funcție de motivele căderii părului:

— în urma nașterii: *Sepia 9 CH*;
— în urma oboselii intelectuale: *Selenium 9 CH*;
— în urma hipotiroidiei: *Graphites 15 CH*;
— în urma unui șoc: *Arnica 15 CH*;
— în urma unei supărări: *Phosphoricum acidum 9 CH*;
— în urma unei dereglări hormonale (perimenopauză): *Testosteron 15 CH*.

ALTITUDINE

Amețeli, grețuri, insomnii la altitudine: *Coca 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

ALUMINA

Origine
Alumina.

Simptome caracteristice
— oboseală psihică;
— uscarea mucoaselor;
— deshidratare.

Principalele indicații
— constipație cu încetinirea tranzitului;
— uscarea gurii, piele uscată și absența setei;
— anxietate fobică cu încetineală în gândire.

AMBRA GRISEA

Origine
Ambra cenușie, secreție a cașalotului, folosită în parfumerie și la fabricarea săpunurilor. Medicamentul homeopatic acționează asupra sistemului nervos și a circulației.

Principalele indicații
— palpitații, pusee de hipertensiune emotivă;
— trac, emotivitate, timiditate foarte puternică;
— insomnie în urma unor emoții puternice;
— tuse nocturnă nervoasă;
— prurit vulvar fără motiv organic.

Comparații și asocieri
Ignatia, Gelsemium, Pulsatilla.

AMBROSIA

Origine
Ambrozia care, la sfârșitul verii, în regiunea Lyonului, provoacă alergii.

Principalele indicații
Conjunctivită alergică cu iritarea importantă a pupilelor.

Comparații și asocieri
Euphrasia: conjunctivită.

AMELIORARE

Ameliorările — ca și agravările — unui simptom sau ale stării generale constituie indicații foarte importante pentru alegerea medicamentelor homeopatice. Vom găsi în acest dicționar fiecare dintre aceste modalități. Iată principalele:
— baie caldă: *Pyrogenium*;
— căldura patului: *Silicea, Causticum*;
— căldură în general: *Arsenicum album, Calcarea carbonica*;
— căldură locală în aplicare: *Arsenicum album*;
— schimbări de poziție: *Rhus toxicodendron*;
— eforturi fizice: *Sepia, Pulsatilla*;
— bând cald: *Lycopodium*;
— bând rece: *Lachesis*;
— mâncând: *Anacardium*;
— frig în general: *Pulsatilla, Sulfur*;
— frig local, în aplicare: *Apis*;
— somn (după un somn scurt): *Nux vomica.*
Vezi CLIMATOLOGIE.

AMENOREE

Absența menstruației primare (menstruația încă nu a apărut) sau secundare (menstruația a dispărut în urma unui eveniment, a unui tratament sau a unei maladii). În ambele cazuri trebuie consultat medicul.
Vezi MENSTRE.

AMEȚELI

Amețeala este un simptom care necesită un examen clinic și analize pentru a-i determina originea. Adevăratele amețeli, cele care dau o impresie de rotație, sunt provocate de o problemă la nivelul

urechii interne. Trebuie diferențiate de senzațiile de instabilitate sau de indispoziții care sunt legate de probleme emotive sau circulatorii și care pot să fie ameliorate cu ajutorul homeopatiei.

➢ Amețeli la ridicarea bruscă, schimbând poziția:

Bryonia 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi (trebuie verificată tensiunea arterială în poziție culcată și în picioare, pentru depistarea unei hipotensiuni ortostatice).

➢ Amețeli în mașină sau pe vapor:

Vezi RĂU DE MAȘINĂ/TRANSPORT.

➢ Amețeli în momentul lungirii în pat și ameliorate închizând ochii:

Conium 9 CH,5 granule dimineața și seara.

➢ La persoanele în vârstă:

Baryta carbonica 15 CH, 5 granule zilnic, douăzeci de zile pe lună.

➢ La altitudine sau privind imobile înalte:

Argentum nitricum 15 CH, 5 granule, de repetat dacă e necesar.

AMIBA

Descoperirea de amibe în fecale în urma unei analize trebuie să ducă în mod imperativ la un tratament specific. Tratamentul homeopatic va fi foarte util în completare, pentru tratarea durerilor, a sechelelor și a recidivelor. În faza acută: *Mercurius corrosivus 9 CH* și *Cuprum 9 CH*, 5 granule, în alternanță, de 4 ori pe zi, timp de trei-patru zile.

Apoi, pentru tratarea terenului: *Thuya 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de o lună.

AMIGDALE

Vezi DURERI DE GÂT.

Hipertrofierea amigdalelor

Amigdalele foarte voluminoase pot să provoace la unii copii dificultăți în a se alimenta, chiar în a respira, caz în care o intervenție chirurgicală este uneori necesară.

Tratamentul homeopatic poate deseori să evite ajungerea la această situație extremă:

Thuya 15 CH, 1 doză pe săptămână.

Baryta carbonica 15 CH și *Calcarea carbonica 15 CH*, 5 granule în alternanță, dimineața.

AMMONIUM CARBONICUM

Origine

Carbonatul de amoniu. Medicamentul homeopatic acționează asupra mucoaselor respiratorii și asupra sistemului vascular.

Simptome caracteristice

— obstrucție nazală;
— jenă bronșică, cu dificultăți respiratorii noaptea;
— sângerarea nasului;
— senzația de slăbiciune generală.

Principalele indicații

— rino-faringită acută cu obstrucție nazală;
— astm în jurul orei patru noaptea.

Comparații și asocieri

Kalium carbonicum: astm nocturn, în jurul orei patru.

Unii homeopați îi preferă *Ammonium causticum* pentru tusea spastică.

AMMONIUM MURIATICUM

Origine

Clorura de amoniu. Medicamentul homeopatic acționează asupra mucoaselor respiratorii și în reumatologie.

Principalele indicații

— guturai cu pierderea mirosului;
— lumbago, sciatică.

Comparații și asocieri

Pulsatilla: guturai cu pierderea mirosului;

Gnaphalium: sciatică ameliorată în poziție șezândă.

AMPUTARE

E posibil să persiste dureri după o amputare făcută în urma unui accident sau a unei maladii (arterită). Ele se mai numesc şi dureri ale membrelor fantomă. Se iau sistematic:
Phosphorus 15 CH, 1 doză zilnică, şi *Hypericum 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi. Dozele se răresc în funcţie de ameliorare.

ANACARDIUM

Origine
Anacardium oriental. Medicamentul homeopatic acţionează asupra sistemului nervos şi a pielii.

Simptome caracteristice
— tulburări de memorie, în special cea a numerelor;
— oboseală nervoasă cu iritabilitate;
— dureri de stomac;
— toate simptomele sunt agravate de muncă şi ameliorate mâncând;
— erupţie de pustule cu mâncărime intensă.

Principalele indicaţii
— oboseală, anxietate, pierderea memoriei în urma surmenajului;
— tulburări de apetit, obezitate.

Comparaţii şi asocieri
Kalium phosphoricum: oboseală nervoasă după surmenaj.
Ignatia: mâncatul calmează enervarea.

ANAGALLIS ARVENSIS

Origine
Scânteiuţa.
Principalele indicaţii
Dishidroză (erupţie de băşici cu mâncărime) la nivelul mâinilor sau picioarelor, în general cu ocazia unei micoze.

ANCHILOZĂ

Senzaţia de anchilozare a membrelor sau articulaţiilor obligând la mişcare sau la schimbarea poziţiei: *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule pe zi.

ANEMIE

Orice anemie trebuie să fie examinată şi tratată de medic.
Indiferent de cauză şi tratament, se poate adăuga pentru oboseală: *China 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.
Dacă anemia este urmare a unui deficit de fier, se adaugă pe lângă tratamentul specific: *Ferrum phosphoricum 9 CH*, 5 granule pe zi.

ANERGIE

În urma anumitor boli — rujeolă, tuse convulsivă —, testele tuberculinice pot să devină negative. Se vorbeşte atunci de maladii anergizante. În planul termenului homeopatic, această anergie indică modul de reacţie tuberculinic*, de aceea medicul homeopat dă, după o rujeolă, o rubeolă sau o tuse convulsivă, un tratament preventiv a acestui teren:
Sulfur iodatum 9 CH, 5 granule pe zi, timp de cincisprezece zile.

ANGHINĂ

Vezi DURERI DE GÂT.

ANGHINĂ PECTORALĂ

Durerea de anghină pectorală provine de la muşchiul cardiac care nu este destul de irigat de arterele coronare. Trebuie să se facă rapid un examen cardiac şi să se treacă imediat la tratament. Unele medicamente homeopatice pot să completeze medicamentele clasice, ameliorând confortul bolnavului şi permiţând stabilizarea tratamentului cardiologic specific.

Cactus 5 CH și *Arnica 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi. Dozele pot fi repetate la fiecare zece minute în caz de criză puternică, în așteptarea medicului sau a salvării.

Vezi CARDIOLOGIE.

ANGOASĂ

Angoasa se definește printr-un sentiment de frică, de teamă, care e însoțit de o senzație de apăsare în piept și de palpitații.

Se ia: *Aconit 30 CH*, 5 granule, de repetat după zece minute dacă e necesar. Dacă angoasele sunt frecvente, va fi nevoie să se facă un tratament de fond al terenului anxios de către medicul homeopat.

ANGUSTURA VERA

Origine

Galipea febrifuga, specie de arbust din America de Sud.

Principalele indicații

— crampe, dureri de tendoane;
— maladia lui Osgood-Schlatter.

Comparații și asocieri

Cuprum: crampe.
Rhus toxicodendron: durere, rigidizarea tendoanelor.
Ruta: traumatism al tendoanelor.

ANILINUM

Origine

Anilina folosită la unii coloranți.

Principalele indicații

Infecții urinare repetate.

ANITĂ

Inflamarea regiunii anale:
— *Hura brasiliensis 5 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi;

— *Aesculus compus*: 15 picături sau 5 granule de trei ori pe zi, și, local, alifie cu *Paeonia TM*.

Crizele acute de inflamare anală pot să indice un teren cronic, care necesită *Sulfur 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de o lună, în momentul crizei.

ANOREXIE ◉

Orice anorexie — diminuarea sau pierderea totală a poftei de mâncare — trebuie să ducă imediat la consultarea medicului, mai ales dacă e vorba de copii sau de adolescenți. Medicamentele homeopatice pot să fie foarte utile după analize complete și punerea sub tratament.

— anorexie a sugarilor: *Lycopodium 9 CH*, 5 granule pe zi;
— anorexie alternând cu faze de bulimie cu vomă: *Antimonium crudum 15 CH* și *Nux vomica 15 CH*, 5 granule din fiecare pe zi;
— anorexie cu închidere în sine și izolare: *Natrum muriaticum 15 CH*, 5 granule pe zi;
— anorexie cu depresie și tristețe: *Sepia 15 CH*, 5 granule pe zi;
— anorexie variabilă, alternantă, după ritmul decepțiilor afective: *Pulsatilla 15 CH*, 5 granule pe zi.

ANOSMIE

Pierderea mirosului în cursul unei rino-faringite: *Pulsatilla 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de zece zile.

ANTIBIOTIC

Tratamentele cu antibiotice sunt uneori necesare când infecția este severă și depășește posibilitățile de reacție ale organismului; ele sunt imperative și în cazul unor microbi deosebiți, precum unii stafilococi, sau în cazul unor infecții ORL și dentare ale pacienților care prezintă unele afecțiuni cardiace.

În schimb, folosirea lor este deseori abuzivă în tratarea afecțiunilor ORL recidivante la copii sau adulți, pe care homeopatia le tratează rapid. Folosirea justificată sau abuzivă a tratamentului cu antibiotice poate să perturbe terenul și vor fi necesare tratamente homeopatice de fond (*vezi MOD DE REACȚIE SICOTIC*).

Astăzi toţi specialiştii recunosc riscurile ecologice ale prescripţiilor nepotrivite de antibiotice şi riscurile unei rezistenţe din ce în ce mai puternice a microbilor clasici la antibioticele uzuale. Astfel, se recunoaşte astăzi că recidivele otitelor medii la copiii mici sunt legate de eradicarea – prin cure repetate de antibiotice – unor microbi patogeni (streptococi) care participă la protecţia urechii.

ANTIDEPRESIV

Recurgerea la medicamente antidepresive este deseori nepotrivită, fiind uneori soluţia cea mai uşoară sau o modă, iar adevărata depresie, dar atipică, poate să treacă neobservată.

Tratamentele homeopatice permit în general să se evite prima situaţie şi, când prescrierea e justificată, să se reducă dozele şi durata tratamentului.

Vezi DEPRESIE.

ANTIMONIUM CRUDUM ♉

Origine

Trisulfura de antimoniu, folosit la pigmenţii unor vopsele şi în fumigene. Medicamentul homeopatic este activ asupra aparatului digestiv şi a pielii.

Simptome caracteristice

— limbă foarte încărcată, eructaţii;
— diaree;
— îngroşarea pielii care se poate fisura.

Principalele indicaţii

— indigestie după consum excesiv de alimente;
— neg mare;
— pecingine.

Comparaţii şi asocieri

Nux vomica: indigestie, limbă încărcată.
Nitricum acidum: negi.

ANTIMONIUM TARTRICUM

Origine

Tartratul de antimoniu. Este un pdus toxic, în special asupra bronhiilor şi plămânilor. Medicamentul)meopatic acţionează asupra ţesutului pulmonar, precum şi asupra ţlii.

Simptome caracteristice

— jenă bronşică cu respiraţie difilă;
— erupţie de pustule cu cicatrice olacee.

Principalele indicaţii

Bronşită acută.

Comparaţii şi asocieri

Ipeca: bronşită.
Graphites: cicatrice hipertrofică.

ANTRA

Vezi ABCES.

ANXIETATE (tere anxios)

Foarte rari sunt pacienţii care vin l consultaţie declarându-se de la început anxioşi. Prin urmare, trebuie ă ştii să descoperi anxietatea ascunsă în spatele a numeroase alte ângeri: oboseală, lehamite, spasmofilie, tetanie, insomnie, tulbări ale poftei de mâncare, perturbare a libidoului sau pur şi simplu npresia că „nu eşti în formă".

Stresul este astăzi cuvântul cel mai modă pentru a defini faptul că suntem supuşi unor constrângeri; da acestea ne stimulează şi ne obligă să reacţionăm, ele pot în cele d urmă să ne îmbolnăvească, atunci când capacităţile noastre de daptare sunt depăşite. Se recunoaşte stresului şi efectului său nativ un rol foarte important în numeroase maladii: astm, ulcer stomcal, hipertensiune, dureri de spate — ca să amintim cele mai cunoscu dintre afecţiunile provocate

de el —, dar se știe că poate să influențeze sistemul imunitar și să declanșeze infecții, maladii autoimunitare și chiar cancer. Concepția psihosomatică clasică are în vedere consecințele fizice ale tulburărilor psihologice. Homeopatia are în vedere fiecare pacient în globalitatea sa; ceea ce se petrece în capul și în corpul său este studiat simultan cu aceeași atenție. Simptomele fizice și psihologice au aceeași importanță în determinarea tratamentului. Medicina clasică încearcă să pună corpul la adăpost de emoții, prescriind magneziu sau medicamente anxiolitice. Homeopatia consideră că emoțiile, tulburările fizice și funcționale sunt strâns legate și toate indică o sensibilitate care se cuvine tratată.

A îngriji un pacient anxios sau spasmofil înseamnă, deci, pentru medicul homeopat, dincolo de simptome, a trata un teren, o sensibilitate.

În majoritatea cazurilor, tratamentul homeopatic permite evitarea medicamentelor anxiolitice.

Tratamentul homeopatic prezintă, ca totdeauna, limite și indicații:

1. Eficacitatea tratamentului va fi cu atât mai mare cu cât medicamentele vor fi alese cu o noțiune de reactivitate generală.

Un lucru evident: în homeopatie, autoobservația și deci automedicația sunt deseori falsificate, și numai un medic homeopat poate să stabilească un tratament de fond.

Totuși, medicamente cu o utilizare simplă, precum *Gelsemium* pentru trac sau *Ignatia* pentru hiperexcitabilitate, sunt foarte practice înainte de consultarea medicului. La fel, specialități homeopatice, precum *Sédatif PC*, pot fi foarte ușor folosite.

2. Un alt mare interes al demersului homeopatic îl constituie, datorită bogăției dialogului, replasarea tulburărilor pacientului în ansamblul reacțiilor sale și conștientizarea acestuia de locul lor real într-o viziune globală a sănătății sale. O alimentație echilibrată și complemente nutriționale, somnul și exercițiile fizice sunt esențiale, împreună cu tratamentul homeopatic, pentru redobândirea durabilă a echilibrului și sănătății.

ANXIETATE (tratament)

➢ **Trac, teamă** cu sentiment de inhibiție, de paralizie și tremurături: *Gelsemium 9 CH*, 5 granule seara la culcare.

➢ **La pregătirea pentru un examen sau o competiție sportivă**

Gelsemium 15 CH, 1 doză în ajun și o doză în dimineața examenului.

➢ **Emotivitate, excitație, dispoziție instabilă din pricina unei emoții puternice**

Ignatia 15 CH, 5 granule 1-2 ori pe zi, sau *Sédatif PC*, 5 granule 1-2 pe zi.

➢ **Panică, impresie de moarte imediată, cu palpitații**

Aconit 15 CH, 5 granule de la primele simptome, sau *Sédatif PC*, 5 granule 1-2 ori pe zi.

➢ **Angoasă, teamă că se va întâmpla ceva, teamă de moarte, teamă de noapte, de a rămâne singur**

Arsenicum album 15 CH, 5 granule seara.

➢ **Timiditate extremă**

Ambra grisea 15 CH, 5 granule pe zi.

În urma unor evenimente cu consecințe asupra echilibrului nervos apar numeroase tulburări funcționale. Pentru alegerea medicamentului homeopatic corespunzător, nu e important să se cunoască evenimentul exact, ci ceea ce a resimțit pacientul în urma acestui eveniment. Se ia 1 doză în 15 CH, înainte de consultarea medicului:

— abandon: *Pulsatilla*;
— supărare, decepție sentimentală: *Natrum muriaticum*;
— slăbiciune: *Silicea*;
— gelozie: *Lachesis*;
— teamă: *Gelsemium;*
— vexație, nedreptate: *Staphysagria*

Stresul provoacă supraconsumul a numeroase micronutrimente esențiale sănătății noastre, de aceea trebuie să se facă apel la aportul de complemente, precum vitaminele B6, C sau magneziu.

Tot așa, oligo-elementele completează foarte bine tratamentul homeopatic: magneziu-cobalt, 1 fiolă sau 5 granule din fiecare zilnic.

În sfârșit, diferite specialități pe bază de plante cu efecte relaxante pot fi utilizate foarte ușor, de exemplu:

— *Euphytose*, 2-6 comprimate sau 1-2 lingurițe pe zi;
— *Sapsmine*, 2-6 comprimate pe zi;
— *Lenicalm*, 1-2 comprimate de 1-3 ori pe zi.

APĂSARE

— senzație de apăsare, că ești prea strâns: *Lachesis 15 CH*, 5 granule pe zi;

— senzația de nod în gât: *Ignatia 15 CH*, 5 granule pe zi.

APETIT

În așteptarea consultării medicului, să se ia minimum opt zile:

Exces de apetit

➢ *Ronțăit tot timpul din cauza nervozității*

Ignatia 15 CH, 5 granule pe zi.

➢ *Mâncatul calmează proasta dispoziție*

Anacardium 15 CH, 5 granule pe zi.

➢ *Lăcomie la masă și între mese*

Antimonium crudum 15 CH, 5 granule pe zi.

Lipsa apetitului

➢ *Pentru stimularea poftei de mâncare*

Avena sativa 6 DH și *Alfalfa 6 DH*, 3 granule din fiecare de 2 ori pe zi, cu o jumătate de oră înainte de masă, sau *Cereale încolțite 6 DH*, 15 picături înainte de fiecare masă.

➢ *Apetit repede potolit*

Foarte eficace la sugarii care cer biberonul și se satură imediat: *Lycopodium 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

APIS ⧖

Origine

Albina. Veninul și glandele albinei conțin substanțe — histamina, în special — răspunzătoare de edem și de o reacție ce pot să provoace un șoc la persoane alergice. Medicamentul homeopatic se dovedește foarte eficace în cazul tuturor reacțiilor alergice.

Simptome caracteristice

— edem al pielii sau mucoaselor;

— dureri înțepătoare, ameliorate în contact cu rece sau cu gheața;

— febră acută fără sete.

Principalele indicații

— înțepături de insecte;

— arsuri de gradul unu;

— alergii cutanate;

— conjunctivită;

— vaginită;

— edem acut traumatic al unei articulații, entorsă.

Comparații și asocieri

Ledum palustre: înțepături de insecte.

Bryonia: edem după traumatism.

De avut în casă

Apis 15 CH, 1 tub.

APNEEA SOMNULUI 👁

Unii indivizi care sforăie prezintă pauze ale respirației în timpul somnului: *Calcarea carbonica 15 CH*, 5 granule în fiecare dimineață, și *Opium 15 CH*, 5 granule la culcare.

Dacă tulburările persistă, trebuie să se consulte medicul.

ARALIA RACEMOSA

Origine

Aralia sau salcea.

Principalele indicații

Astm la începutul nopții.

Comparații și asocieri

Hyoscyamus: astm la culcare.

Lachesis: astm seara.

ARANEA DIADEMA

Origine

Păianjenul diademă sau păianjenul cu cruce papală.

Principalele indicații

— nevralgii care revin periodic la aceeași oră, mai ales pe vreme umedă;
— dureri de dinți noaptea.

Comparații și asocieri

Cedron: nevralgii care revin periodic la aceeași oră.

ARGENTUM METALLICUM

Origine

Argintul. Acțiunea lui homeopatică este mult mai limitată decât cea a nitratului de argint (*Argentum nitricum*).

Principalele indicații

— laringită a oratorilor și cântăreților, cu dureri înțepătoare;
— expectorare de mucozități cenușii, vâscoase.

ARGENTUM NITRICUM ⧖

Origine

Nitratul de argint a fost mult timp folosit pentru dezinfectarea și cauterizarea rănilor — la instilații în blenoragie, antiseptic pentru gât, la colir pentru ochi și chiar la spălare —, dar și pe cale internă pentru tratarea epilepsiei și agitației.

Utilizarea lui excesivă sau cronică, pe lângă faptul că dădea pielii culoarea ardeziei, și-a dovedit posibilitățile terapeutice, pe care le-au perfecționat experimentarea și utilizarea homeopatică, în special asupra:

— mucoaselor ORL și digestive;
— sistemului nervos.

Simptome caracteristice

— senzația că ești rănit de așchii;
— arsuri gastrice;
— eructații acide;
— agravare la căldură;
— agitație anxioasă.

Principalele indicații

➢ *Automedicație posibilă*

— balonări cu eructații;
— diaree provocată de emotivitate;
— laringite cu dureri asemănătoare celor provocate de așchii;
— trac cu agitație.

➢ *Prescripție medicală*

— ulcer gastric;
— comportament agitat și anxios;
— amețeli, instabilitate;
— fobii.

Comparații și asocieri

Gelsemium: trac, diaree provocată de emotivitate.

De avut în casă

Argentum nitricum 9 CH, 1 tub.

ARGENTUM NITRICUM: sensibilitate

Situații sensibile

Înainte de orice e vorba de trac, teamă, care provoacă apariția simptomelor de *Argentum nitricum* și, la subiecții sensibili, toate formele de stres — în special teama de a întârzia. Altitudinea și privirea unor imobile înalte provoacă și ele amețeli și anxietate.

Persoane sensibile

Chiar dacă în planul afecțiunilor ORL și digestive medicamentul poate să convină tuturor, se pare că *Argentum nitricum* își exercită acțiunea lui generală și profundă mai ales la indivizii cu un temperament bine definit.

➢ *În echilibru*

E un individ în mod natural agitat, un copil care nu stă locului, nu stă să asculte înainte de a acționa, ceea ce-i dăunează la școală. Mai e cazul și adultului stresat, totdeauna grăbit, care nu merge până la capătul a ceea ce intreprinde, se plânge de dificultăți digestive, în general de eructații.

Soseşte devreme la consultaţie, se uită la ceas de o sută de ori şi enumeră simptomele mai repede decât le poate înregistra medicul.

➢ *În dezechilibru*

Tulburările digestive devin foarte importante, şi arsurile digestive din ce în ce mai puternice provoacă teama de ulcer; diareele matinale se agravează la cea mai mică teamă.

Agitaţia anxioasă este clară, iar comportamentul devine fobic: ameţeli, agorafobie (fobia locurilor publice), cu tremurături şi uneori lipsa de coordonare motrice.

Insomniile, ameţelile, palpitaţiile şi angoasele completează tabloul.

ARISTOLOCHIA

Origine

Aristoloh.

Principalele indicaţii

Menstre întârziate şi puţin abundente, cu un sindrom premenstrual marcat de tristeţe şi nervozitate.

Comparaţii şi asocieri

Pulsatilla: tulburări de menstre.

ARITMIE

Tulburarea ritmului cardiac trebuie să ducă la consultarea medicului. Dacă tratamentul clasic se dovedeşte insuficient, instabil sau neregulat, adăugaţi *Acht 9 CH*, 5 granule 1 dată pe zi, şi, în caz de nervozitate, *Ignatia 15 CH*, 5 granule pe zi. În caz de hipertiroidie: *Lycopus virginica 5 CH*, 5 granule pe zi.

ARNICA MONTANA

Origine

Arnica de munte. Analiza constituenţilor plantei pune în evidenţă cu efect antiinflamator şi împotriva durerii, precum şi substanţe care au o acţiune asupra inimii şi vaselor. Medicamentul homeopatic se

dovedeşte deosebit de eficace asupra muşchiului, vaselor sanguine şi unor stări febrile.

Simptome caracteristice

— senzaţie de contuzii, de curbaturi;
— echimoze, hematoame;
— febră cu faţă roşie, congestionată, tulburări digestive.

Principalele indicaţii

— traumatisme, şocuri, cucuie;
— hematoame, vânătăi;
— vene dureroase, varice;
— unele stări gripale aflate la început.

➢ *În patologia sportivă*

Diluţiile mici, 4 sau 5 CH, stimulează muşchii şi pot fi luate înaintea efortului de încălzire.

Diluţiile mari, 15 CH, au un efect relaxant şi trebuie să fie luate după efort, în timpul recuperării.

Diluţiile medii, 7-9 CH, pot fi luate în timpul practicării sportului, pentru a susţine efortul şi a evita crampele şi contracţiile.

Comparaţii şi asocieri

Sulfur: începutul stărilor febrile.
Sarcolacticum acidum: crampe musculare.

De avut în casă

Arnica 9 CH, 1 tub, şi *Arnica 15 CH*, 1 doză.

ARSENICUM ALBUM

Origine

Anhidrida arsenicoasă, ca toate sărurile de arsenic, este o substanţă foarte toxică. E folosită de stomatologi pentru devitalizarea dinţilor, dar în acest caz nu e periculoasă, acţiunea ei fiind doar locală. Toxicologia ei accidentală sau criminală şi experimentarea ne permit să-i cunoaştem bine acţiunea, care se întinde asupra majorităţii ţesuturilor organismului. În plus, experienţa terapeutică ne arată că acţiunea ei este mai puternică şi mai profundă pentru unele persoane şi în circumstanţe deosebite.

Simptome caracteristice
— senzație de arsură;
— slăbiciune;
— înfrigurare;
— ameliorare în contact cu căldura;
— agravare noaptea între unu și trei;
— anxietate, disperare pentru starea proprie.

Principalele indicații
➢ *Automedicație posibilă*
— gastro-enterită;
— intoxicație alimentară;
— otită acută;
— nevralgie acută;
— rinită.
➢ *Prescriere medicală*
— oboseală, slăbire;
— stare anxioasă;
— astm, boala fânului;
— colite cronice.

Comparații și asocieri
Psorinum: înfrigurare, teren alergic.

De avut în casă
Arsenicum album 15 CH, 1 tub.

ARSENICUM ALBUM: sensibilitate

Situații sensibile
— alergii respiratorii;
— gastro-enterite acute sau intoxicații alimentare;
— infecții acute;
— maladii cronice care alterează starea generală;
— toate evenimentele impresionante (mai ales la copil) care au o legătură cu moartea: doliu, accident, catastrofe, despărțiri...

Persoane sensibile
Unele persoane sunt mai sensibile la acțiunea terapeutică a acestui medicament.

➢ *În echilibru*
E vorba de un adult sau de un copil sensibil, emotiv, cu o înfățișare îngrijită, uneori de o eleganță pretențioasă. Îi place să fie precis, cu riscul de a fi maniac.
Nu de puține ori se întâmplă să vină la consultație cu un dosar complet și bine ordonat, completat cu un scris fin și citeț.

➢ *În dezechilibru*
Bolnav, obosește repede, e friguros, exagerat de îngrijorat, chiar disperat de starea lui de sănătate. Caracterul nocturn și intensitatea durerilor în caz de astm sau de otită, de exemplu, nu fac decât să agraveze anxietatea.
Manifestările cronice, precum astmul, eczema, boala fânului, alternează cu perioade de oboseală sau de anxietate.

ARSENICUM IODATUM

Origine
Triiodura de arsenic. Acest produs se deosebește de *Arsenicum album* prin prezența iodului, care îi întărește acțiunea asupra mucoaselor respiratorii și asupra pielii.

Simptome caracteristice
— rinite cu senzație de obturare nazală;
— descuamări foarte fine ale pielii, cu mâncărime.

Principalele indicații
— rinite alergice;
— astm;
— tuse spasmodică alergică;
— eczemă;
— micoză.

Comparații și asocieri
Kalium iodatum: rinită iritantă cu tuse spasmodică.

ARSURĂ

În toate cazurile, se pune cât mai repede posibil partea arsă sub apă rece timp de minimum zece minute și se ia: *Apis 15 CH*, 5 granule la fiecare zece minute, de 6 ori la rând. Apoi se întinde pe arsură o alifie pe bază de gălbenea.

➢ *Și în plus*

Dacă arsura e de gradul unu, roșeață și senzație de fript: *Belladonna 9 CH*, 5 granule de 5 ori pe zi, timp de douăzeci și patru de ore. Dacă arsura este de gradul doi, cu formare de bășici: *Belladonna 9 CH* și *Cantharis 9 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

Bășicile pot fi sparte și pielea lăsată la locul ei.

Orice arsură de gradul doi pe mâini, față, sau care se cicatrizează prost după două-trei zile, trebuie arătată medicului.

ARSURĂ (senzație de)

— senzație de arsură calmată la frig (insolație, urticarie...): *Apis 15 CH*.

— senzație de arsură calmată la cald (zona zoster, otită, rinită): *Arsenicum album 15 CH*.

ARSURĂ LA PLAJĂ

Se întinde pe partea arsă alifie cu calendula și se ia la fiecare oră *Belladonna 9 CH*, 5 granule. În caz de bășici, trebuie să se adauge tratamentului precedent: *Cantharis 9 CH*, 5 granule la fiecare două ore.

ARTEMISIA VULGARIS

Origine
Pelinul este o plantă sălbatică, care crește pe terenurile virane.

Principalele indicații
Boala fânului sau conjunctivita din iulie până în septembrie.

ARTERIOSCLEROZĂ/ATEROSCLEROZĂ

Arterioscleroza, care corespunde unei degenerescențe a arterelor, este la fel de inevitabilă ca și îmbătrânirea; ateroscleroza este legată de o depunere lipidică (colesterol) pe peretele arterelor. Aceste două fenomene sunt cele două mari vinovate pentru apariția arteritei, anghinei pectorale, a infarcturilor și a accidentelor vasculare cerebrale.

Se știe că arterioscleroza și ateroscleroza sunt agravate de:
— tutun;
— obezitate;
— hipertensiune arterială;
— anomalii ale colesterolului și ale trigliceridelor;
— diabet;
— stres;
— teren familial;
— inactivitate fizică.

Aceste indicații permit să se înțeleagă importanța homeopatiei:
— pentru a-l ajuta pe pacient să renunțe la fumat și să mai slăbească (*vezi TUTUN, GREUTATE*);
— pentru a-i trata stresul și terenul anxios (*vezi ANXIETATE*);
— acționând direct asupra vaselor cu medicamente, precum *Baryta carbonica 9 CH*, 5 granule pe zi.

ARTERITĂ

Arterita este prima consecință a aterosclerozei; terenul acesteia trebuie tratat. În completarea tratamentelor clasice, asupra arteritei pot acționa în mod eficace medicamentele homeopatice:
— *Arnica 9 CH*, 5 granule dimineața și seara;
— *Secale cornutum 5 CH* și *Cuprum 5 CH*, 5 granule din fiecare de două ori pe zi.

Examenul Doppler și supravegherea medicală sunt obligatorii.

ARTRITĂ

Un anumit număr de maladii traumatismele evoluează prin pusee; crizele sunt marcate de inflamări acute cu edem și agravare noaptea. Acest caracter acut și brusc al puseelor, precum și periodicitatea lor,

indică un teren care în homeopatie este tratat cu medicamente ale modului reacțional cronic psoric*. Aceste tratamente vor permite o scădere a frecvenței și intensității puseelor. În momentul crizelor, medicamentele simptomatice vor permite diminuarea importantă a dozelor de medicamente antiinflamatoare sau de cortizon și durata tratamentului. Un puseu inflamator acut al unei articulații trebuie să îndemne la consultarea medicului; el poate să nu fie neapărat reumatismal, ci și infecțios. Până la consultare se vor lua:

Apis 15 CH și *Bryonia 9 CH*, 5 granule din fiecare, în alternanță, din două în două ore.

Oligo-elemente: cupru și sulf, 1 fiolă sau 5 granule din fiecare de două ori pe zi.

ARTROZĂ

Durerile articulare, deformările, impotența funcțională constituie semnele unui reumatism degenerat sau ale artrozei. Durerile se agravează la sprijinire, la efort, și se ameliorează în stare de repaus, noaptea, chiar dacă „demararea" matinală e dificilă. Radiografiile arată o deteriorare a cartilajelor.

Instalarea lentă și progresivă a durerilor și a neputinței, precum și agravarea lor la umiditate, indică un teren care va fi tratat de medicamente ale modului reacțional sicotic*.

➤ **Dacă durerile sunt ameliorate** de repaus, imobilitate și sunt agravate de mișcare: *Bryonia 9 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi.

➤ **Dacă durerile sunt agravate** de repaus și umiditate și ameliorate de mișcarea lentă și căldură: *Rhus toxicodendron 9 CH* și *Radium bromatum 9 CH*, 5 granule de 1-2 ori pe zi.

Homeopatia poate să ajungă la rezultate foarte rapide în numeroase patologii dureroase acute dar, deseori, în cazul afecțiunii cronice, ea trebuie să fie asociată cu alte terapeutici:

— osteopatia mai întâi și chineziterapia (în special după metoda Mézière);

— acupunctura și mezoterapia, care au o contribuție prețioasă la ameliorarea durerii;

— curele termale (alese de medicul personal, care cunoaște calitatea îngrijirilor din stațiunea respectivă), sunt foarte importante în tratarea terenului.

ARUM TRIPHYLLUM

Origine
Rodu-pământului.

Principalele indicații
Laringită, răgușeală cu o inflamație acută a faringelui și a laringelui, mucoasele sunt roșii și durerile foarte intense, vocea fiind răgușită sau spartă.

Comparații și asocieri
Belladonna: inflamarea roșie a faringelui.

ASA FOETIDA

Origine
Rășina.

Principalele indicații
Aerofagie, spasme ale esofagului, cu senzația de ghem care urcă pe gât.

ASCLEPIAS

Originea
Asclepiadul.

Principalele indicații
— inflamarea pleurii, mai ales la baza stângă.
— nevralgii intercostale.

Comparații și asocieri
Bryonia: pleură dureroasă.
Ranunculus bulbosus: nevralgii intercostale.

ASTENIE

— oboseală fizică: *China 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de zece zile;

— oboseală nervoasă: *Kalium phosphoricum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de zece zile.

În cazuri deosebite se adaugă:

— după un efort fizic: *Arnica 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— în perioada sarcinii şi după naştere: *Sepia 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— decalaj orar sau veghe prelungită: *Cocculus 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— după o bronşită sau o gripă: *Manganum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

— în perioada de creştere a copilului: *Calcarea phosphorica 9 CH*, 5 granule pe zi.

Oboseala e un simptom de alarmă care trebuie să vă determine să vă schimbaţi ritmul. Dacă tulburarea persistă, trebuie să consultaţi medicul.

ASTERIAS RUBENS

Origine

Steaua de mare.

Principalele indicaţii

— bufee de căldură;

— durere a sânului stâng, mastoză (e necesar un examen radiologic).

ASTM

Întrebările

Ce domină în criză (tusea, spasmul şi sufocarea, secreţiile, disconfortul)?

La ce oră se declanşează criza?

În ce împrejurări se produce criza? Se datorează unei alergii cunoscute (polen, praf, produse de întreţinere)? Se datorează unui exces alimentar sau anumitor alimente? Se datorează unei modificări hormonale (menstre, sarcină, pubertate, menopauză)? Se datorează unui stres, unei emoţii puternice (teamă, supărare, vexaţie, gelozie...)?

Care sunt reacţiile în timpul crizei (agitaţie sau tristeţe, anxietate sau iritabilitate)?

Medicul trebuie consultat

— în caz de urgenţă, dacă criza provoacă un pericol respirator, în special la copii;

— dacă criza nu se ameliorează în douăzeci şi patru de ore, în ciuda tratamentelor simptomatice homeopatice sau alopatice;

— în toate cazurile pentru examen şi fixarea unui tratament de fond.

Cele mai frecvente medicamente de teren pe care le va prescrie medicul

Sulfur, Psorinum tuberculinum, Medorrhinum thuya, Natrum sulfuricum. Aceste medicamente sunt prescrise în general în 15 CH, 1 doză de mai multe ori pe lună, timp de şase luni.

Ce trebuie făcut

Timp de douăzeci şi patru de ore în aşteptarea consultării medicului:

➢ **Se ia sistematic:**

Poumon histamine 15 CH, 5 granule dimineaţa şi seara.

➢ **Dacă domină secreţiile:**

Ipeca 9 CH şi *Blatta orientalis 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

➢ **Dacă domină spasmele:**

Cuprum 9 CH şi *Arsenicum album 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

➢ **Dacă domină o tuse violentă:**

Drosera 9 CH şi *Ipeca 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră. Dozele se răresc în funcţie de ameliorare şi se opresc dacă s-a obţinut vindecarea.

➢ ***Şi în plus*:**

Se ia în fiecare dimineaţă medicamentul următor în 9 CH, 5 granule:

Dacă criza apare la ore precise

— trezire: *Lachesis*;
— ora zece: *Natrum muriaticum*;
— ora unsprezece: *Sulfur*;
— de la şaisprezece la douăzeci: *Lycopodium*;
— la culcare: *Aralia racemosa*;
— miezul nopţii: *Sambucus*;
— de la unu la trei: *Arsenicum album*;
— ora trei: *Nux vomica*;
— de la trei la cinci: *Kalium carbonicum*.

Dacă există o împrejurare declanşatoare

— înainte de menstre: *Lachesis*;
— emoţii: *Ignatia*;
— excese alimentare: *Nux vomica*;
— umiditate: *Dulcamara*;
— gelozie: *Lachesis*:
— teamă: *Gelsemium*;
— polen: *Pollen*;
— praf: *Blatta orientalis*,
— vexaţie: *Staphysagria*.

➢ ***Şi în plus***

Preparate pe bază de plante:

Pinus montana, Mugur 1 DH, 20-50 picături de 3 ori pe zi, în funcţie de vârstă.

ASTM (teren astmatic)

Există mai multe situaţii.

Astmul e discontinuu, recent şi evoluează prin crize foarte precise

Întâlnim deseori şi alte manifestări alergice în antecedente (eczemă sau urticarie, de exemplu), sau crizele de astm alternează cu alte maladii repetitive. El corespunde unui teren alergic personal sau familial cunoscut. Medicul va prescrie unul sau mai multe medicamente asociate: *Sulfur, Aresnicum album, Lycopodium, Phosphorus, Natrum muriaticum*, şi un medicament ales în funcţie de caracteristicile crizei (în special orarul).

Astmul e legat mai ales de reacţiile emotive

Tratamentul se va baza atunci pe analiza situaţiei care declanşează crizele şi a sensibilităţii emotive a individului: *Lachesis* (gelozie), *Ignatia* (emoţie puternică) sau *Pulsatilla* (timiditate) vor fi prescrise fie cu titlu curativ, fie în mod preventiv în 9 sau 15 CH, 5 granule de 2-4 ori pe săptămână.

Astmul este continuu

În acest caz pacientul e obligat să ia zilnic, sau aproape zilnic, medicamente, în special cortizon. Tratamentul va viza mai întâi dezintoxicarea organismului cu *Nux vomica* şi *Thuya*, apoi tratarea terenului marcat de inflamarea cronică cu *Thuya, Silicea* sau *Medorrhinum*.

În toate cazurile, cunoaşterea unui alergen responsabil permite să se adauge tratamentului un medicament zis „izopatic*" pregătit pe baza acestuia, *Pollen* de exemplu. În cazul bronşitelor astmatiforme ale copiilor, praful şi acarienii fiind deseori de vină — se va alege *Blatta orientalis* (15 CH, 5 granule pe zi).

Trebuie respectate câteva reguli:

Nu trebuie aşteptată primăvara pentru a merge la consult şi, de asemenea, să se facă un tratament preventiv imediat ce e posibil.

În timpul crizelor se vor putea folosi — dacă medicamentele homeopatice sunt insuficiente — medicamente clasice, continuându-se tratamentul de fond. Se va constata atunci o scădere progresivă mai întâi a intensităţii, apoi a frecvenţei crizelor, deci a utilizării medicamentelor. Apoi crizele vor dispărea, şi numai tratamentul de teren va fi continuat timp de câteva luni.

Dacă astmul e continuu şi necesită un tratament permanent, atunci el nu se poate suprima brusc. Trebuie avut răbdare; perseverenţa şi prudenţa vă vor fi recompensate. Tratamentul homeopatic va permite treptat uşurarea tratamentului clasic, reducerea lui considerabilă şi suprimarea efectelor secundare nefaste (cele ale cortizonului îndeosebi). În câteva luni se pot obţine o stabilizare a astmului, o diminuare a tratamentelor şi un confort de viaţă sporit.

AŞEZAT ♁

Această modalitate permite deseori orientarea sau confirmarea tratamentului.

➢ **Ameliorare**

— astm: *Kalium carbonicum*;

— durere sciatică: *Gnaphalium*;

— oboseală: *Manganum*;

— durere de spate în timpul menstrelor: *Calcarea phosphorica*.

➢ **Agravare**

— Durere sciatică: *Ammonium muriaticum*.

AURUM ☿

Origine

Aurul pare să fi fost folosit din toate timpurile ca medicament. Avicenna, în secolul al XI-lea, a descris calităţile sale împotriva melancoliei, a durerilor cardiace şi a mirosului urât al gurii.

Astăzi, toxicologia sa, îndeosebi cutanată şi renală, ne este bine cunoscută datorită bolilor profesionale şi utilizării sărurilor de aur în unele maladii reumatismale. Experimentarea şi utilizarea sa homeopatică ne-au demonstrat marile sale posibilităţi terapeutice:

— asupra aparatului cardio-vascular;

— în ORL;

— asupra psihicului.

Simptome caracteristice

— palpitaţii şi anxietate;

— agravare noaptea;

— agravare iarna;

— agravare în urma discuţiilor contradictorii;

— dorinţa de alcool.

Principalele indicaţii

— sindromul depresiv reacţional al adultului (necesită totdeauna trecerea sub îngrijire medicală);

— furiile copilului;

— depresia bătrânului;

— hipertensiune arterială;

— palpitaţii;

— extrasistolă;

— sinuzită cronică;

— supurarea urechii.

Comparaţii şi asocieri

Arsenicum album: arterioscleroză.

Nux vomica: furie.

AURUM: sensibilitate

Situaţii sensibile

Pe primul plan vin maladiile cardio-vasculare, mai ales hipertensiunea. Etilismul se află, şi el, la originea unor fenomene congestive şi a unor tulburări ale comportamentului, care indică posibilităţile terapeutice ale medicamentului *Aurum*.

Pentru temperamentele predispuse, toate situaţiile care provoacă o ruptură, o schimbare bruscă de ritm sau responsabilitate, pot să se afle la originea unei depresii care justifică prescrierea de *Aurum*.

Persoane sensibile

Fenomenele congestive şi cardio-vasculare apar mai ales la indivizii graşi, cu faţa congestionată, cu nasul roşu, şi indică (pe drept sau pe nedrept) un consum excesiv de alcool.

În practică, posibilităţile terapeutice ale medicamentului în ORL (otită, sinuzită) sau asupra tensiunii arteriale sunt independente de acest aspect morfologic. În schimb, acţiunea medicamentului *Aurum* asupra tulburărilor comportamentului şi dispoziţiei este foarte legată de o personalitate uşor de identificat.

➢ *În echilibru*

E vorba de un adult — mai des bărbat decât femeie —, uneori un copil, activ, autoritar, căruia îi place să comande şi să se întreacă pe sine. Se ameţeşte uşor de propria reuşită,

de forţa, de curajul, de isprăvile sale. Comportamentul poate să varieze foarte repede, iar buna sa dispoziţie, uneori prefăcută, poate să lase repede locul unei irascibilităţi penibile.

➢ *În dezechilibru*

Dezamăgit, după un eşec, sau doar îmbătrânit, la pensie, e profund afectat în „orgoliul său de şef". Crizele de furie sunt din ce în ce mai frecvente şi mai violente; izbucnesc la cea mai mică contrazicere. Sentimentul foarte puternic de eşec sau de indignare hrăneşte o descurajare, un dezgust de viaţă, pe care o veselie artificială şi pasageră nu e suficientă ca să le camufleze. Sinuciderea devine deseori o idee obsedantă.

AUTORITAR

Caracterul autoritar indică sensibilitatea la unele medicamente:

— nerăbdător, coleric: *Nux vomica*;

— vrea să conducă, să dirijeze: *Lycopodium*;

— vrea să comande, să răcnească, să se autodepăşească: *Aurum*.

Vezi CARACTER.

AUTOVACCIN

Vezi IZOPATIE/IZOPATIC..

AVENA SATIVA

Origine

Ovăzul.

Principalele indicaţii

— oboseală, pierderea poftei de mâncare în urma unor maladii infecţioase;

— insomnii în perioada de surmenaj.

Comparaţii şi asocieri

Alfalfa sau *Cereale încolţite*.

B

BADIAGA ✿ ✿

Origine

Buretele.

Principalele indicaţii

Acces de tuse spasmodică, cu senzaţie de strangulare, şi secreţii vâscoase; ameliorare într-o cameră caldă.

Comparaţii şi asocieri

Coccus cacti: secreţiile sunt mai lipicioase şi formează filamente; agravare într-o cameră caldă.

BAIE ✢

Această modalitate orientează şi confirmă alegerea unui medicament de fond.

➢ **Agravat de baie, plăci roşii**: *Sulfur*.

➢ **Agravat de băi reci, indigestie, amenoree**: *Antimonium crudum*.

➢ **Îi place apa, îi place să se scalde**: *Pulsatilla*.

BALANITĂ

Inflamație a glandului penisului, în general; de origine micozică. Se impune un tratament local. În caz de umflătură și roșeață foarte puternică, se adaugă:

Apis 15 CH și *Cinnabaris 5 CH*, 5 granule, în alternanță, din două în două ore, timp de două-trei zile.

BALONĂRI

Întrebări

Ce regiuni ale abdomenului sunt afectate de balonare?
În ce moment al zilei?
Ca urmare a ce?

Ce trebuie făcut

Se ia medicamentul indicat mai jos în 9 CH, 5 granule înainte de principalele două mese.

➢ *Și în plus*

Oligo-elemente (magneziu-cobalt):
— în granule: *Oligogranul*, 5 granule pe zi;
— în fiole: *Oligosol, Granions, Microsol*, 1 fiolă din fiecare pe zi.

➢ *Și în plus*

Plante: anghinare, păpădie, 1-3 capsule pe zi înainte de masă.

Trebuie să se consulte medicul

— în caz de urgență, dacă burta e dureroasă și nu există nici gaze, nici scaun;
— dacă balonarea persistă, în ciuda tratamentului.

BALONĂRI: afectează mai ales stomacul

NUX VOMICA
Balonarea stomacului la aproximativ două ore după masă, cu senzație de plin și somnolență.
✧ ***Experiența mea***
Medicament pentru mâncăi, nervoși și nerăbdători.

KALIUM CARBONICUM
Stomacul este foarte umflat, provocând o apăsare respiratorie, îndeosebi noaptea, obligând la ridicarea în capul oaselor în pat.
✧ ***Experiența mea***
Este un medicament foarte bun pentru crize de astm, cu balonare și apăsare.

ARGENTUM NITRICUM
Aciditate cu balonare și eructații zgomotoase care ușurează. Atenție, ulcerul nu e departe!
✧ ***Experiența mea***
E vorba în general de o persoană foarte anxioasă, un temperament fobic.

BALONĂRI: afectează mai ales partea de jos a abdomenului

LYCOPODIUM
Abdomenul este umflat la centură încă de la sfârșitul mesei, cu senzație de plin și de roșeață a feței.
✧ ***Experiența mea***
Persoană deseori hepatică, cu caracter dificil.

THUYA
Balonare și chiorăieli.
✧ ***Experiența mea***
Thuya este un medicament de teren, dar această indicație este valabilă pentru toți.

ALOE
Balonare cu diaree urgentă.
✧ ***Experiența mea***
Hemoroizi.

BALONĂRI: afectează mai ales abdomenul

CHINA
Tot abdomenul este sensibil, deseori cu diaree.
✧ ***Experiența mea***
Deseori în urma unei enterite sau după o maladie virală.

CARBO VEGETABILIS
Toate alimentele se transformă în gaze, de dimineață, pântecele e foarte umflat.
✧ ***Experiența mea***
Trebuie mare atenție la alimentație.

RAPHANUS
Tot pântecele e balonat, cu dureri în partea stângă a colonului.
✧ ***Experiența mea***
Constipație tenace după o intervenție chirurgicală.

Didier, în vârstă de 43 de ani, se simte balonat în partea de jos a abdomenului imediat ce sfârșește de mâncat. Această senzație se agravează spre sfârșitul după-amiezii.

➢ LYCOPODIUM 9 CH, 5 granule înaintea celor două mese.

Patrick are în permanență abdomenul umflat. Tot ce mănâncă pare că se transformă în gaze.

➢ CHINA 9 CH și CARBO VEGETABILIS 9 CH, 3 granule din fiecare înainte de cele două mese.

BANDAJ

Această modalitate ghidează spre prescrierea unui medicament potrivit.

— dureri articulare, mastită (inflamația sânilor) ameliorată de un bandaj strâns: *Bryonia 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— dureri de cap, ca niște junghiuri, cu impresia că o bantă strânsă ușurează: *Argentum nitricum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

BAPTISIA

Origine
Indigo sălbatic.

Simptome caracteristice
— cefalee cu față roșie și congestionată, ochi dureroși;
— prostrație, curbaturi;
— dureri abdominale cu diaree.

Principalele indicații
— gastro-enterite acute;
— gripă intestinală.

Comparații și asocieri
Gelsemium: gripă.

BAROTRAUMATISM

Traumatism al urechii interne, ca urmare a unei variații bruște de presiune.

Scufundarea submarină sau mersul cu avionul constituie cauzele clasice.

Se impune de urgență un control ORL. Până la control, sau în completarea tratamentului specialistului, se iau:

Arnica 9 CH și *Aurum 9 CH*, 5 granule, în alternanță, de 3 ori pe zi.

BARTOLINITĂ

Glandele lui Bartholin, situate la intrarea vaginului, pot să se inflameze și să se infecteze. Bartolinita acută trebuie să ducă la un consult rapid. Până atunci, se face tratamentul homeopatic împotriva supurărilor: *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză la fiecare douăsprezece ore, de 4 ori, și *Pyrogenium 9 CH*, 5 granule la o jumătate de oră după fiecare doză de *Hepar sulfur*.

Bartolinita poate să fie cronică sau recidivantă și necesită un tratament de fond: *Conium 15 CH*, 5 granule zilnic, și *Staphysagria 15 CH*, 5 granule zilnic, timp de două luni.

BARYTA CARBONICA

Origine
Carbonatul de bariu. Medicamentul homeopatic este activ asupra ganglionilor și își precizează acțiunea asupra hipertensiunii și arteriosclerozei, precum și asupra întârzierii dezvoltării psihomotorii.

Simptome caracteristice
— scleroză vasculară;
— întârziere psihomotorie;
— hipertrofiere ganglionară.

Principalele indicații
— hipertrofierea amigdalelor cu anghine frecvente;
— întârziere în dezvoltare;
— hipertensiune arterială;
— amețeli la persoanele în vârstă.

BARYTA IODATA

Origine
Iodura de bariu.

Principalele indicații
— extrem de apropiată de *Baryta carbonica*;
— întârzierea în dezvoltarea psihică și intelectuală a copiilor.

➢ ***Prescriere medicală***
— ganglioni întăriți permanent, cu anghine frecvente;
— hipertensiune arterială.

BASEDOW (boala lui)

Boală a tiroidei care se manifestă prin apariția unei gușe, iar ochii par că ies din orbite. Tratamentul clasic asociază calmante și medicamente care blochează producerea de hormoni tiroidieni. Homeopatia completează foarte bine acest tratament cu:
— hiperexcitare nervoasă: *Ignatia 15 CH*, 5 granule pe zi;
— palpitații: *Lycopus virginica 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.
Medicul homeopat va prescrie un tratament de fond.

BĂȘICI

Bășici, arsuri de gradul doi: *Cantharis 9 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi.

BĂTĂTURI

Dacă pielea e groasă și cornoasă: *Antimonium crudum 9 CH*, 5 granule dimineața și seara, și se pune local, de 2 ori pe zi, alifia următoare: *Teucrium Scorodonia, Euphorbia, Chelidonium TM 3%, vaselină 15 g.*

BĂUT +

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.
— a bea rece ameliorează: *Apis, Bryonia, Lachesis, Phosphorus*;
— a bea rece agravează: *Magnesia phosphorica* (gastro-enterită);
— a bea cald ameliorează: *Lycopodium*;
— a bea cald agravează: *Apis, Lachesis*.

BÂLBÂIELI

Această tulburare de dicție necesită un tratament global cu reeducare ortofonică și, la acest pacient de cele mai multe ori anxios și emotiv, un tratament de fond al sensibilității sale. *Argentum nitricum* (precipitare), *Gelsemium* (trac), *Hyoscyamus* (hiperspasmodicitate), *Lycopodium* (lipsă de încredere) vor fi cel mai frecvent prescrise.
În cazul acestor indicații, care sunt de resortul medicului homeopat, medicamentul este dat în general în 9 CH, 5 granule 1-2 ori pe zi, sau în 15 CH, 1 doză de 2-4 ori pe lună.
Vezi LIMBAJ.

BBS (Besnier-Boeck- Schaumann, boala lui)

Descoperirea în general prin radiologie — ganglioni multipli, vizibili la radiografia pulmonară — a acestei afecțiuni trebuie să ducă la spitalizarea într-o clinică specializată. Totuși, în completare, unele medicamente homeopatice pot să fie foarte utile pentru tratarea adenopatiilor profunde: *Drosera 9 CH*, 5 granule pe zi, timp de câteva săptămâni.

BCG

Vaccinarea pentru BCG, bacilul lui Calmette şi Guérin, are în general o reputaţie proastă printre homeopaţi. În realitate, nu vaccin[ul] însuşi e în cauză, ci faptul că numeroase persoane, copii în special, au o reacţie paradoxală la acest vaccin: fie vaccinarea pare lipsită de efect şi testele rămân negative, fie terenul copilului, în urma acest[or] vaccinări, este perturbat, ducând la afecţiuni ORL, cu repetiţie, oti[te] de exemplu. Atitudinea cea mai răspândită azi e următoarea:

— dacă copilul trăieşte într-un mediu fără risc sau nu e dus la creşă din luna a treia, este preferabil să se aştepte câteva luni înainte[a] vaccinării, aceasta fiind deseori ineficace şi rău suportată;

— se face BCG-ul când acesta e obligatoriu, dar cu un anum[it] număr de precauţii: *Thuya 15 CH*, 1 doză în ziua vaccinării, c[u] repetarea după o săptămână, şi *Silicea 15 CH*, 5 granule pe zi, tim[p] de cincisprezece zile;

— când BCG-ul pare la originea unei modificări a terenulu[i], medicul prescrie doze de *Thuya 15 CH* şi *V.A.B. 15 CH*.

BECEGITĂ

Uneori, în urma unui BCG, o supuraţie trenantă apare în loc[ul] unde s-a făcut injecţia, însoţită de ganglioni dureroşi. Această reacţ[ie] se numeşte becegită. *Silicea 15 CH*, 5 granule timp de cincisprezec[e] zile, vindecă foarte bine acest simptom şi previne modificare[a] terenului.

BELLADONNA

Origine

Beladona e o plantă din familia solanaceelor, precum măselari[ța] (iarba vrăjitoarelor) sau *Datura stramonium* (iarba dracului). Toa[te] trei sunt otrăvuri. Beladona conţine îndeosebi atropină. Femeile o foloseau pe vremuri în Italia ca să-şi dilateze pupila, de aici nume[le] de *bella donna*, „doamnă frumoasă".

Medicamentul homeopatic se dovedeşte activ în toate afecţiuni[le] acute, care se manifestă prin simptome asemănătoare cu ce[le] provocate de toxicologia beladonei.

Simptome caracteristice

— inflamaţie a pielii sau a mucoaselor, cu roşeaţă, dureri, căldură;
— febră oscilantă, cu sudori, în alternanţă cu prostraţie şi delir;
— uscarea mucoaselor ORL şi digestive;
— congestie a capului cu sudori;
— agravare la lumină puternică, prin atingere;
— ameliorare la răcoare, în repaus.

Principalele indicaţii

— rino-faringite, anghine, otite;
— inflamaţii acute şi febră;
— insolaţie;
— bufee de căldură;
— arsuri de gradul unu;
— adormit greu.
➢ *Prescriere medicală*
— pusee de hipertensiune;
— convulsii.

Comparaţii şi asocieri

➢ Febră acută
Aconit: febră acută congestivă; persoana nu transpiră, dar e agitată.
Gelsemium: febră acută, cu congestia feţei şi sudori, dar stare de prostraţie foarte accentuată.
Vezi GRIPĂ
➢ Arsură de gradul unu sau insolaţie
Apis: edem roz, cu dureri înţepătoare, calmate la frig.
➢ Tulburări de somn
Tratament asociat deseori cu celelalte solanacee, *Hyoscyamus* şi *Stramonium* în 15 CH, în cazul simptomelor neurologice, delir, spaime nocturne.

De avut în casă

Belladonna 9 CH, 1 tub (granule).

BELLIS PERENNIS

Origine
Părăluța.

Principalele indicații
— acțiune asupra echimozelor;
— traumatism al sânilor;
— traumatism al coccisului.

Comparații și asocieri
Arnica: traumatism.

BENZOICUM ACIDUM

Origine
Acidul benzoic. Toxicologia acidului benzoic acționează asupra vezicii urinare și a micilor articulații.

Principalele indicații
— cistită cu urină puternic mirositoare, deseori din cauza unei retenții;
— adenom de prostată;
— criză de gută.

BERBERIS VULGARIS

Origine
Drăcila. Medicamentul homeopatic dovedește o acțiune foarte bogată asupra:
— pielii;
— ficatului și veziculei;
— aparatului urinar;
— rahisului lombar.

Principalele indicații
— insuficiență a eliminării urinare;

— litiază urinară;
— drenaj hepato-vezicular;
— eczeme, dermatoze (de fiecare dată când e vorba de leziuni dermatologice circulare, al căror centru se vindecă mai repede decât periferia);
— criză de gută;
— dureri sacro-coccigiene.

BERE +

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

➤ **Nu suportă berea, diaree, greață**
Kalium bichromicum 9 CH, 5 granule de 4 ori pe zi sau preventiv.

➤ **Diaree, hemoroizi**
Aloe 5 CH, 5 granule de 4 ori pe zi.

➤ **Dorință**
Nux vomica și *Sulfur*.

BEȚIE
Vezi ALCOOLISM.
- impresia de ebrietate fără a fi băut: vezi AMEȚELI;
- comportament delirant sau violent în caz de beție: *Hyoscyamus 15 CH*, 1 doză, de repetat, dacă este necesar.

BILĂ +

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

— impresia de bilă în gât: *Ignatia 15 CH*, 5 granule, de repetat dacă e necesar de 2 ori pe zi;

— impresia că ai o bilă, o greutate în rect: *Sepia 9 CH*, 5 granule pe zi;

— impresia că ai o bilă sau o piatră în stomac: *Bryonia 9 CH*, 5 granule pe zi.

BIOMAG

Origine
Specialitate homeopatică.

Principalele indicații
Anxietate, tulburări neurovegetative, crampe.

BIOTERAPIE

Suşele bioterapeutice sunt produse care nu sunt definite din punct de vedere chimic: secreții, excreții patologice sau nu şi unele produse de origine microbiană.

Ele mai pot să fie obținute plecând de la seruri, vaccinuri şi culturi microbiene.

BLATTA ORIENTALIS

Origine
Libarca, gândacul. Această insectă este un mare consumator de praf şi de acarieni, ceea ce explică acțiunea medicamentului asupra unor alergii respiratorii cu jenă bronşică şi dificultăți respiratorii.

Principalele indicații
— astm;
— bronşită, bronhiolită.
Blatta orientalis este şi un foarte bun medicament al terenului alergic.

Comparații şi asocieri
Ipeca: în bronhiolite şi crize de astm.

BLEFARITĂ

Inflamație a pleoapelor. Trebuie să se aplice local o alifie antibiotică şi să se ia: *Euphrasia 5 CH* şi *Mercurius corrosivus 5 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră. Recidiva sau trecerea la cronicitate necesită un tratament de fond.

Pleoape groase cu tendință la urcioare: *Staphysagria 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de două-trei luni.

BLENORAGIE

Blenoragia este o boală venerică declanşată de un microb, gonococul, care provoacă o scurgere uretrală foarte dureroasă la bărbat şi o leucoree iritantă la femeie. Tratamentul antibiotic are o eficacitate foarte rapidă. Totuşi, după tratament, e posibil ca la bărbat să persiste dureri sau o mică scurgere fără microbi. Tratamentul homeopatic este în acest caz: *Thuya 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de trei săptămâni.

Blenoragia se ştie că provoacă o modificare a modului reacțional sicotic*.

Secrețiile blenoragiei folosesc la fabricarea medicamentului *Medorrhinum*, medicament de fond al terenului sicotic*.

BOALA FÂNULUI

Întrebările
Ce domină (strănuturile, scurgerea, durerea de ochi)?
Scurgerea e abundentă?
Există mâncărimi (la ochi, la nas, pe cerul gurii, la urechi)?
Ce declanşează alergia (praful, polenul, pisicile, un aliment)?

Ce trebuie făcut
Se ia sistematic până la consultarea medicului *Apis 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, de la primele simptome.

➢ *Şi în plus*:
Poumon histamine 15 CH, 5 granule dimineața şi seara.

➢ *Şi în plus*:
Un medicament ales în funcție de simptome, la fiecare două ore, sau două medicamente, în alternanță, în 9 CH, 5 granule.

➢ *Şi în plus*:
Dacă e cunoscută cauza alergiei, se iau de 3 ori pe săptămână, în 15 CH, 5 granule din medicamentul indicat.

Trebuie consultat medicul dacă
— alergia e continuă, fără repaus, fără vreo legătură cu anotimpul;
— alergia se transformă în astm.

Cele mai frecvente medicamente de teren pe care le prescrie medicul:
Sulfur, Psorinum, Natrum muriaticum, Lycopodium, Thuya, Medorrhinum. Aceste medicamente sunt prescrise în general în 15 CH, 1 doză de câteva ori, timp de şase luni.

BOALA FÂNULUI: domină strănutul 9 CH, 5gl/la 2 l

NUX VOMICA
Nasul e înfundat noaptea, cu accese de strănut la trezire.
✧ ***Experienţa mea:***
Simptomele sunt agravate de excesele alimentare.

SABADILLA
Accese de strănut şi o mâncărime a cerului gurii şi a gâtului.
✧ ***Experienţa mea:***
Bolnavul simte nevoia să-şi frece cerul gurii cu limba.

NAPHTALINUM
Strănuturile sunt numeroase, cu o scurgere nazală iritantă.
✧ ***Experienţa mea:***
Strănuturile pot fi însoţite de o tuse spasmodică.

BOALA FÂNULUI: domină rinita

ALLIUM CEPA
Scurgerea e abundentă, iritantă, lăcrimare uşoară; se simte o oarecare ameliorare la aer răcoros.
✧ ***Experienţa mea:***
Medicamentul clasic al acestei maladii trebuie luat cu prioritate.

ARSENICUM ALBUM
Scurgerea e puţin abundentă, dar extrem de iritantă şi se ameliorează la căldură.

✧ ***Experienţa mea:***
Tabloul este deseori completat de reacţii astmatice nocturne.

PULSATILLA
Scurgere nu prea groasă, uneori gălbuie, dar niciodată iritantă.
✧ ***Experienţa mea:***
Scurgerea este exasperantă, şi medicamentul trebuie luat multă vreme.

BOALA FÂNULUI: domină conjunctivita

EUPHRASIA
Ochii sunt roşii, fierbinţi, cu o lăcrimare iritantă.
✧ ***Experienţa mea:***
Medicamentul clasic al conjunctivitei alergice.

KALIUM IODATUM
Scurgerea nu e abundentă.
✧ ***Experienţa mea:***
Deseori se manifestă o durere a sinusurilor.

RHUS TOXICODENDRON
Pleoapele sunt foarte roşii şi foarte iritate.
✧ ***Experienţa mea:***
Acest medicament este mai mult un medicament de acţiune dermatologică decât de alergie, dar poate să fie foarte util pentru durere.

BOALA FÂNULUI: există o cauză cunoscută a alergiei

POLLENS
E cazul alergiilor sezoniere.
✧ ***Experienţa mea:***
Dacă un anumit polen este identificat, se poate folosi un *Pollen* specific.

BLATTA ORIENTALIS
Alergie la praf şi la acarieni.
✧ ***Experienţa mea:***

Este cazul multor alergii aperiodice, adică nelegate de anotimpuri.

IZOPATIC
Foarte mulți alergeni pot fi identificați și necesită un tratament specific.

✧ *Experiența mea:*
Medicul va prescrie un medicament izopatic.

Jean-Jacques, în fiecare primăvară, suferă de conjunctivită, imediat ce se plimbă la țară, mâncărimi și dureri ale ochilor, pleoapele sunt roșii și umflate. Tratamentul antialergic pe care îl ia zilnic pare insuficient.

➢ APIS 9 CH și POUMON HISTAMINE 9 CH, 5 granule dimineața și seara.

➢ EUPHRASIA 9 CH, 5 granule, de patru ori pe zi.

Maxime, în fiecare primăvară, are accese de strănut și își șterge nasul de cincisprezece ori pe zi. În plus, se plânge de mâncărimi pe cerul gurii.

➢ APIS 9 CH și POUMON HISTAMINE 9 CH, 5 granule, dimineața și seara.

➢ SABADILLA 9 CH și ALLIUM CEPA 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

BOMBYX PROCESSIONNARE

Origine
Omida „procesionară". Bine cunoscută în sud-vestul Franței, această omidă are o acțiune foarte urticantă și din ea se obține un medicament homeopatic bun împotriva urticariilor.

Principalele indicații
Urticarie cu mâncărime accentuată.

Comparații și asocieri
Apis: urticarie.

BORAX

Origine
Boratul de sodiu.

Principalele indicații
— afte, mai ales la sugar;
— herpes genital;
— amețeli în avion și în momentele de basculare spre înainte.

Comparații și asocieri
Mercurius corrosivus: afte.
Cocculus: rău de mașină.

BORBORIGME

Zgomote și gâlgâituri în tubul digestiv, de parcă s-ar mișca ceva: *Thuya 9 CH*, 5 granule pe zi.

BOTHROPS

Origine
Bothrops lancealotus sau vipera „vârf de lance", șarpe veninos din America de Sud.

Principalele indicații
Prevenirea riscului unor tromboze veninoase.

Comparații și asocieri
Naja sau *Vipera*: risc de tromboză.

BOVARISM

Astfel e numit un comportament psihologic marcat de aspirații elevate și de un sentiment de insatisfacție, după celebrul personaj creat de Gustave Flaubert, Emma Bovary. Acest comportament e tratat homeopatic cu următoarele medicamente:
— *Platina 15 CH*: atitudine semeață, orgolioasă, idealistă;
— *Staphysagria 15 CH*: sentimente de frustrare, de nedreptate.

BOVISTA

Origine

Gogoaşa *(Lycoperdon Bovista)*. Utilizarea terapeutică arată mai ales o acţiune asupra aparatului ginecologic.

Principalele indicaţii

— mică hemoragie la mijlocul ciclului, în momentul ovulaţiei;
— menstre hemoragice, cu diaree;
— dureri de cap, cu impresia că acesta şi-a mărit volumul.

BROMUM

Origine

Bromul. Toxicitatea lui este foarte mare asupra mucoaselor respiratorii şi asupra pielii. Medicamentul homeopatic se dovedeşte mai activ asupra glandelor, ganglionilor şi aparatului uro-genital feminin.

Simptome caracteristice

— tuse spasmodică, seacă, cu dificultăţi respiratorii;
— umflarea şi întărirea nedureroasă a ganglionilor şi glandelor;
— menstre dureroase.

Principalele indicaţii

— astm ameliorat la malul mării;
— dureri ale ovarului stâng în momentul menstrelor.

Comparaţii şi asocieri

Medorrhinum: astm ameliorat la malul mării.

BRONHIOLITĂ

Bronhiolita este o afecţiune acută a bronhiilor, de cele mai multe ori de origine virală, la copil, manifestându-se printr-o jenă importantă şi provocând o tuse neîncetată şi o dificultate respiratorie. Tratamentul constă în principal într-o chineziterapie eficace şi, dacă e necesar, într-o oxigenare. Această afecţiune se numea altădată bronşită astmatiformă.

Dacă sunt de vină viruşii şi e în cauză poluarea atmosferică, este evident că terenuri alergice familiale favorizează acest tip de afecţiune. De aceea medicul homeopat trebuie să instituie tratamentul de fond. Tratamentul acceselor acute este şi el foarte eficace. În aşteptarea consultării medicului — cât mai repede cu putinţă —, trebuie dat copilului: *Blatta orientalis 5 CH* şi *Ipeca 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

BRONŞITĂ

➢ În faza acută, în aşteptarea consultării medicului

Ferrum phosphoricum 9 CH, 5 granule dimineaţa şi seara.

➢ În faza de stare

Antimonium tartaricum 9 CH şi *Ipeca 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

➢ Când expectoraţiile sunt foarte grase şi vâscoase, în special la culcare şi la trezire

Antimonium tartaricum 9 CH şi *Kalium bichromicum 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

➢ Bronşita fumătorului cu expectoraţie matinală

Phellandrium 9 CH, 5 granule seara.

BRONŞITĂ CRONICĂ

Definiţia clasică a bronşitei cronice este o tuse de peste trei luni pe an, de mai bine de trei ani, îndeosebi la fumător. În practică, e o secreţie cronică a bronhiilor, care corespunde în homeopatie cu un teren sau mod reacţional cronic, zis sicotic* Medicul homeopat va propune deci un tratament de teren, cu o doză regulată de *Thuya* şi de *Natrum sulfuricum*, de exemplu. Oprirea fumatului este obligatorie.

Vezi TUTUN.

BRYONIA

Origine

Împărăteasa *(Bryonia alba)*, din familia cucurbitaceelor. Rădăcina folosită la fabricarea acestui medicament conţine o substanţă foarte apropiată de cortizon, ceea ce explică acţiunea ei asupra inflamaţiei mucoaselor, membranelor seroase şi asupra stării generale.

Simptome caracteristice

— febră care se instalează progresiv şi se menţine în jurul a 38,5 grade Celsius;
— uscăciune a mucoaselor, cu sete intensă;
— dureri ascuţite, înţepătoare, ameliorate de imobilitate.

Principalele indicaţii

— traheite, bronşite, tuse dureroasă, care obligă la imobilizarea gâtului şi a toracelui cu mâinile;
— dureri articulare cu ocazia unui puseu de artrită sau a unui traumatism cu scurgere;
— gripă, stări gripale cu febră de 38,5 grade Celsius, care se instalează progresiv.

Comparaţii şi asocieri

Rhus toxicodendron: dureri articulare, ca un fel de rigiditate, ameliorate la căldură şi prin mişcări lente.
Apis: medicamentul durerilor înţepătoare cu edem. Uneori luat în alternanţă cu *Bryonia*, în cazul inflamaţiilor acute: artrită, traheită.

BUFEE DE CĂLDURĂ

Întrebările

La ce oră se produc?
Ce frecvenţă au?
Unde sunt localizate (pe tot corpul, pe partea de sus a corpului, numai la faţă) ?
Există sudori sau nu?
Sudorile sunt reci sau calde?
Sunt însoţite de ameţeli, dureri de cap, bătăi puternice ale inimii?

Ce trebuie făcut

În aşteptarea consultării medicului, se ia medicamentul sau medicamentele indicate mai jos în 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

Medicul trebuie consultat

➢ *În toate cazurile pentru a analiza menopauza:*
— analiza densităţii osoase;

— verificarea tensiunii, examen cardio-vascular;
— frotiu de depistare;
— supravegherea sânilor cu mamografie şi ecografie;
— suportarea psihologică a menopauzei.
Medicul homeopat va trece la aplicarea unui tratament de fond.

Cele mai frecvente medicamente de teren prescrise de medic

Sulfur, Lachesis, Sepia, Kalium carbonicum, Thuya, Natrum sulfuricum, Graphites.
Aceste medicamente sunt prescrise în general în 15 CH, 1 doză de câteva ori pe lună, timp de şase luni.

BUFEE DE CĂLDURĂ: sunt uscate

ACONIT
Înroşirea bruscă a feţei, cu anxietate.

SANGUINARIA
Congestie roşie, la nivelul obrajilor, care parcă ard.

VERATRUM VIRIDE
Aflux de sânge la cap, cu senzaţia de batere arterială în tot corpul.

✧ ***Experienţa mea***

În toate aceste cazuri, trebuie să se ia tensiunea arterială în momentul bufeelor. Pe de altă parte, medicamentele de fond, în afară de *Lachesis 9 CH*, 5 granule pe zi, vor fi deseori *Sulfur* sau *Aurum*.

BUFEE DE CĂLDURĂ: sunt umede

BELLADONNA
Înroşire bruscă a feţei, cu sudori reci pe faţă.
AMYLIUM NITROSUM
Congestie roşie, cu sudori urmate de o senzaţie de frig.

VERATRUM ALBUM
Sudori reci pe tot corpul, cu senzaţia de indispoziţie.

✧ ***Experienţa mea***

Medicamentele de fond, în afară de *Sepia 9 CH*, 5 granule pe zi, vor fi *Thuya* sau *Kalium carbonicum*.

BUFEE DE CĂLDURĂ: agravate sau declanşate de emoţie

IGNATIA

Bufee ce apar şi dispar rapid în urma unei emoţii.

✧ **_Experienţa mea_**

Nu se produc noaptea.

GELSEMIUM

Faţa e roşie, acoperită de sudoare; sentiment de descurajare.

✧ **_Experienţa mea_**

Medicament împotriva tracului, foarte eficace în caz de bufee nocturne cu senzaţie de descurajare.

NUX VOMICA

Bufee congestive la două ore după mese şi pe la trei dimineaţa la o pacientă hiperactivă, iritabilă şi deseori irascibilă.

✧ **_Experienţa mea_**

Când bufeele apar chiar la sfârşitul mesei, mai curând să se ia *Lycopodium*.

BUFEE DE CĂLDURĂ: posibilităţi de reglare hormonală

FOLLICULINUM/LUTEINUM

Aceste două medicamente sunt deseori utile în cazul premenopauzei, pentru corectarea echilibrului hormonal.

✧ **_Experienţa mea_**

În general *Folliculinum 15 CH*, 1 doză în a zecea şi a douăzecea zi a ciclului, şi *Luteinum 4 CH*, 5 granule din a paisprezecea în a douăzeci şi opta zi.

FSH

Se poate dovedi foarte eficace după instalarea menopauzei, când bufeele sunt rebele la tratament.

✧ **_Experienţa mea_**

În general în 15 CH, 5 granule de 3 ori pe săptămână.

Catherine, în vârstă de 53 de ani, nu mai are menstruaţie de şase luni. Menstruaţia s-a oprit brusc în urma unui şoc emoţional. Are bufee de căldură mai ales noaptea, având în special impresia unei încălziri a obrajilor, a unei congestii care urcă la faţă fără transpiraţie.

➢ LACHESIS 9 CH, 5 granule, seara.

➢ SANGUINARIA 9 CH, 5 granule, înainte de cele două mese.

Tratamentul trebuie rărit în funcţie de ameliorare.

Paulette, în vârstă de 51 de ani, nu mai are menstruaţie de un an, nu face tratament hormonal deoarece a fost tratată de o tumoare canceroasă la sân, în urmă cu trei ani; bufeele sunt foarte umede, cu transpiraţie abundentă. Paulette nu se simte congestionată, ci îi este frig după bufee.

➢ SEPIA 9 CH, 5 granule, dimineaţa.

➢ AMYLIUM NITROSUM 9 CH, 5 granule, înaintea celor două mese.

➢ FSH 15 CH, 1 doză pe săptămână.

Acest tratament poate să fie menţinut timp de două luni până la consultarea medicului.

BUFO RANA

Origine

Broasca-râioasă.

Principalele indicaţii

Limfangită.

BUHĂIALĂ

Buhăiala feţei dimineaţa: *Apis 15 CH*, 5 granule în fiecare seară, timp de opt zile. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

BULIMIE

Vezi APETIT.

BURSITĂ
(inflamația burselor seroase articulare)

În toate cazurile: *Apis 15 CH* și *Bryonia 5 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră, în așteptarea consultării medicului.

BUZE

— buze uscate care se crapă când e frig: *Natrum muriaticum 9 CH*, 5 granule pe zi în cură de o lună;

— fisură la colțul buzelor: *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule dimineața și seara, timp de opt zile.

C

CACOSMIE

— perceperea unor mirosuri urâte datorită unei infecții nazale: *Nitricum acidum, Arsenicum album*;

— percepție subiectivă: *Pulsatilla*.

Vezi MIROS.

CACTUS GRANDIFLORUS

Origine

Cactusul cu flori mari și roz. Altădată era folosit ca tonic cardiac. Tratamentul homeopatic acționează asupra contracțiilor musculare cardiace, digestive și uro-genitale.

Simptome caracteristice

— senzație de crampă;

— agravare la efort;

— agravare la culcatul pe partea stângă.

Principalele indicații

➢ ***Automedicație posibilă:***

— menstre dureroase cu crampe;

— vaginism.

➤ *Prescriere medicală:*
— retenție urinară;
— durere de anghină pectorală; acțiunea medicamentului *Cactus* poate completa în mod foarte util trinitrina. Un examen cardiologic trebuie făcut cât se poate de repede.

Comparații și asocieri
Cuprum: crampe, constricțiune.

CADMIUM SULFURICUM

Origine
Sulfatul de cadmiu, folosit la aparatura electrică.

Principalele indicații
➤ *Prescriere medicală:*
— gastro-enterită cu sângerări ale stomacului;
— paralizie facială după o răceală.

Comparații și asocieri
Mercurius corrosivus: gastro-enterită severă.
Aconitum: paralizie facială după răceală.

CAFEA

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.
— dorință de cafea: *Nux vomica*; Argentum
— aversiunea față de cafea: *Calcarea carbonica*;
— agravare prin cafea: *Coffea*;
— diaree după ce s-a băut cafea: *Aloe 5 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi.
Dacă tulburările persistă, se consultă medicul.

CAJUPUTUM

Origine
Melaleuca sau esența de cajeput.

Principalele indicații
Reflux acid al stomacului cu iritarea gâtului care provoacă tuse.

Comparații și asocieri
Nux vomica: reflux acid.
Iris versicolor: reflux acid.

CALADIUM

Origine
Rodu-pământului din Antile.
Principalele indicații
— prurit (mâncărime) genital feminin;
— tabagism și intoleranță la tutun;
— impotență masculină.

CALCAREA CARBONICA ⧗

Origine
Numele complet este *Calcarea carbonica ostrearum*, adică — calcar de stridie. Acest medicament este fabricat pe baza stratului mediu al cochiliei de stridie.
Compoziția lui nu arată nici o toxicologie. Experimentarea și folosirea lui clinică ne-au adus la cunoștință — la indivizii sensibili — o acțiune foarte clară asupra sensibilității lor și a unui teren cronic.

Simptome caracteristice
— senzație de frig;
— slăbiciune;
— agravare la frigul umed;
— agravare în perioada de lună plină;
— sudori localizate;
— dorință de alimente indigeste.

Principalele indicații
➤ *Sugar:*
— eritem fesier;

— coji de lapte;
— eczemă;
— spasme ale suspinului;
— rino-faringite repetate.

➢ *Copil:*
— spaime nocturne;
— rino-faringite repetate;
— astm;
— eczemă;
— spasmofilie.

➢ *Adult:*
— litiază urinară;
— obezitate;
— gută.

Comparații și asocieri
Sulfur: eczemă, îngrășare.
Thuya: obezitate, hipertrofie a amigdalelor.

De avut în casă
Calcarea carbonica 30 CH, 1 doză (dacă există risc de colici nefritice).

CALCAREA CARBONICA: sensibilitate

Situații sensibile

Acest medicament este indicat indivizilor cu caracteristici morfologice deosebite (sugar, copil, adult). Dar indiferent de vârstă, aceleași situații se află la originea simptomelor care necesită folosirea medicamentului *Calcarea carbonica*: — spaimele ușor de decelat la copilul temător și impresionabil, mai greu de descoperit la adult;

— excesele alimentare și sedentarismul care duc la îngrășare și depășirea greutății recomandabile.

Persoane sensibile

Ceea ce caracterizează persoana sensibilă la *Calcarea carbonica* este înainte de orice constituția sa. Indiferent de vârstă, subiectul este mai curând scurt și gras, cu fața pătrată sau rotundă, dinții sunt pătrați, articulațiile sunt puțin suple, ceea ce dă individului *Calcarea carbonica* o alură puțin rigidă și greoaie.

Alte trei caracteristici se întâlnesc în mod constant: lentoarea, teama și tendința la spasme.

➢ *Sugar:* e grăsuliu, are capul mare și rotund, burta mare și puțin cam moale. Transpiră ușor, mai ales la nivelul capului. Foarte frecvente sunt eczema, cojile de lapte și eritemul fesier. Temător, el tresare la cel mai mic zgomot și poate să facă chiar spasme din suspine. Lent, dar precis, nu se lansează fără să reflecteze; astfel, va merge liniștit, dar prudent, spre 14-15 luni.

➢ *Copil:* constituția sa confirmându-se, copilul *Calcarea carbonica* crește domol, cu propria lui viteză. Lentoarea și natura lui temătoare nu fac din el un temerar. Acest copil cu aspect robust obosește totuși foarte repede și suferă de crampe, spasme și spaime nocturne. Îi place să adoarmă cu veioza aprinsă. Pubertatea lui e puțin întârziată, în general, și uneori marcată de o hipertrofiere mamară.

➢ *Adult:* deseori s-a îngrășat prea mult și suferă de tulburări metabolice: diabet, acid uric, colici nefritice. Lentoarea, anxietatea sa, când servesc un temperament chibzuit, riguros, organizat, pot să constituie calități determinante pentru o mare reușită profesională; dar pot să fie și un handicap la un individ cu maturizare târzie și impresionabil.

CALCAREA FLUORICA

Origine

Difluorura de calciu este prezentă în oase și țesutul conjunctiv (ligamente, pereții vaselor). Acest medicament homeopatic este util în afecțiunile acestor țesuturi, asemănătoare cu cele provocate de excesul de fluorură de calciu (fluorism).

Simptome caracteristice
— tulburări ale mineralizării osoase, exostoză;
— laxitatea extremă sau/și slăbirea ligamentelor;
— piele groasă, fisurată.

Principalele indicații

— tendința la entorse cu ligamente prea slabe, lumbago;
— varice;
— osteoporoză;
— exostoză (excrescență osoasă);
— artroză cu osteofit.

Acest medicament acționează asupra constituției. Acțiunea lui fiind lentă, medicul vi-l va prescrie pe perioade de mai multe luni.

CALCAREA PHOSPHORICA

Origine

Fosfatul tricalcic care, alături de *Calcarea carbonica* (carbonatul de var) și *Calcarea fluorica* (difluorura de calciu) este al treilea medicament constituțional. Acțiunea lui sugerată de importanța calciului și a fosforului în organism este deosebit de clară la indivizii cu o constituție zisă fosforică, adică longilină.

Vezi CONSTITUȚIE FOSFORICĂ.

Simptome caracteristice

— dureri osoase și articulare;
— oboseală nervoasă în urma unor eforturi intelectuale.

Principalele indicații

— tulburări de creștere la copiii longilini;
— dureri dorsale la adolescentul longilin;
— consolidarea fracturilor;
— oboseală intelectuală, cu dureri de cap seara.

Comparații și asocieri

Kalium phosphoricum: oboseală intelectuală, cu dureri de cap, seara.

CALCAREA SULFURICA

Origine

Sulfatul de calciu.

Principalele indicații

Supurarea pielii, plăci roșii cu zone de infecție: acnee, pecingine.

Comparații și asocieri

Hepar sulfur: supurare acută.

CALCIU

Calciul este indispensabil organismului și e furnizat în principal prin alimentație, în special în timpul creșterii și la menopauză. Pentru a fixa bine acest aport alimentar, se iau:

Ostéocynésine, 1-2 comprimate dimineața și seara, și *Silicea 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe săptămână, în cură de două luni, de 2-3 ori pe an.

Vezi CREȘTERE, OSTEOPOROZĂ.

CALENDULA

Origine

Flimica de grădină. Proprietățile sale naturale, antiinflamatoare, antiseptice și calmante, fac din ea un compus ideal pentru numeroase preparate în dermatologie.

Principalele indicații

Alifia, crema sau laptele pe bază de calendula sunt folosite la arsuri, tăieturi, fisuri, inflamații și infecții cutanate.

Comparații și asocieri

Homéoplasmine: aceleași indicații.

De avut în casă

Alifie cu calendula și *Calendula TM*.

CALOZITATE

Îngroșarea pielii (mâini, picioare, genunchi etc.), sensibilă la atins: *Antimonium crudum 9 CH*, 5 granule pe zi, timp de o lună.

CAMPHORA ♣ ♣

Origine

Arborele de camfor. Utilizarea sa terapeutică este foarte veche, cea mai celebră fiind cea a uleiului camforat, în afecțiunile cardio-respiratorii. Medicamentul homeopatic se dovedește foarte activ în caz de răceală bruscă.

Principalele indicații

— început de guturai sau sindrom gripal, cu senzație bruscă de frig intens;

— indispoziție, cu senzație de frig intens.

Comparații și asocieri

Arsenicum album, Veratrum album: frig intens.

CANCER (posibilitățile homeopatiei în maladiile grave)

Locul homeopatiei în tratamentul și urmărirea pacienților atinși de maladii precum cancerul, sida sau maladii cronice grave — poliartrita reumatoidă, lupus, scleroza în plăci, de exemplu — constituie deseori obiectul unor polemici datorate unor comportamente excesive:

— folosirea unor tratamente homeopatice cu respingere aproape viscerală a altor tratamente: chimioterapii și radioterapii;

— respingerea sistematică și disprețuitoare a oricărei terapeutici „neoficiale" sau care nu face parte din protocoalele în vigoare în lumea medicală.

An de an presa relatează faptele rele ale unui terapeut (de cele mai multe ori o persoană care nu e medic) care, disprețuind terapeuticile oficiale, a grăbit sfârșitul unor persoane grav bolnave sau, invers, cazul unor bolnavi (staruri sau oameni politici), vindecați în mod miraculos datorită unei „medicații naturale", de cele mai multe ori necunoscută.

În realitate, nu există medicament homeopatic cunoscut care să vindece cancerul sau sida. În schimb, homeopatia îi poate ajuta pe

pacienții care suferă de aceste maladii. Medicul de familie, homeopat sau nu, are un rol foarte important.

➢ Primirea și ascultarea

În cursul maladiilor grave, bolnavul are în mod special nevoie de ascultare și atenție. Homeopatul cultivă dialogul și vine deseori în întâmpinarea întrebărilor și a neliniștilor pacientului.

➢ Chimioterapiile

Efectele secundare ale chimioterapiilor provoacă deseori grețuri, arsuri, afte, oboseală, intoleranță sau reacții alergice. Medicamentele homeopatice pot adesea să le elimine.

➢ Terenul

Nu este vorba de tratarea unui „ipotetic" teren al cancerului, al sidei sau al altei maladii, ci de a lua în seamă terenul cronic personal al pacientului, de a-i studia antecedentele personale și familiale, specificitățile reacționale și sensibilitatea. A trata acest teren înseamnă a-i conferi organismului toate șansele pentru a reacționa cât mai bine posibil la boală și la tratamentul ei.

➢ Stresul

Maladia gravă și tratamentele pe care le impune constituie stresuri importante. Și în acest caz homeopatia va ști să propună soluții adaptate fiecărei situații, de exemplu:

— *Gelsemium 15 CH* pentru teama dinaintea unui examen medical dificil;

— *Arsenicum 15 CH* când pacientul e disperat din cauza stării în care se află;

— *Aconitum 15 CH* în caz de panică;

— *Ignatia 15 CH* pentru hiperexcitabilitate și instabilitate emoțională;

— *Chamomilla 15 CH* pentru hipersensibilitate la durere care duce la mânie și iritabilitate.

➢ Bubițele

Multe maladii minore pot să perturbe tratamentul, mai ales că unele asocieri medicamentoase sunt uneori contraindicate. Tratamentele homeopatice nu sunt niciodată toxice și nu există asociere care să pună probleme.

➢ **Alimentația**

Acest ultim aspect al consultației este unul dintre cele mai importante. Numeroase studii arată importanța unei bune alimentații. Se mai știe astăzi că stresurile provocate de maladiile grave și de tratamentele lor provoacă un supraconsum de anumite nutrimente și, deci, carențe.

Fiecare bolnav care are o maladie gravă trebuie să se afle în contact strâns cu medicul de familie; acesta va putea verifica dacă tratamentele necesare sunt bine urmate și le va explica utilitatea și derularea.

Tratamentul homeopatic, departe de a împiedica acțiunea tratamentului chimioterapeutic, poate să permită o mai bună suportare a lui și optimizarea rezultatelor.

În fine, dialogul și ascultarea pe care le impun consultarea homeopatică stabilesc un raport medic-bolnav indispensabil în urmărirea maladiei.

Sfaturi terapeutice: *vezi CHIMIOTERAPIE, RADIODERMITĂ, ALOPECIE.*

CANDIDA ALBICANS

Drojdia obișnuită din organism care, în unele condiții — tratamente cu antibiotice în special —, poate să devină patogenă și să ducă la candidoze. *Vezi MICOZĂ.*

Acest medicament izopatic este fabricat pe bază de *Candida albicans* și se folosește în tratarea terenului micozelor recidivante.

CANDURANGO

Origine

Liană din Anzii Cordilieri.

Principalele indicații

Fisuri ale comisurilor labiale și anale.

Comparații și asocieri

Nitricum acidum: fisuri.

CANGRENĂ

Cangrena, sau necroza unui țesut, poate să apară în urma unei infecții sau din cauza unor tulburări circulatorii (arterită). Tratamentul cauzei și al leziunilor va fi prescris de medic. Există însă medicamente homeopatice care au un aport deloc neglijabil pe toată durata tratamentului: *Secale cornutum 5 CH* și *Carbo vegetabilis 9 CH*, 5 granule din fiecare, de trei ori pe zi.

CANTHARIS ⌛

Origine

Cantarida sau „musca spaniolă". Toxicitatea și utilitatea sa terapeutică în afecțiuni urinare și genitale sunt cunoscute din vremea lui Hippocrate. În Africa, cantarida este folosită pentru întârzierea cicatrizării sacrificărilor rituale. Medicamentul homeopatic deține toate aceste indicații.

Simptome caracteristice

— inflamație acută a mucoaselor uro-genitale;
— formare de bășici pe piele;
— ulcerație a mucoaselor.

Principalele indicații

— cistită febrilă;
— arsuri de gradul doi cu bășici;
— herpes, bubițe provocate de febră;
— afte.

Comparații și asocieri

Borax: ulcerație a mucoaselor, afte.
Staphysagria: inflamație uro-genitală.

De avut în casă

Cantharis 9 CH, 1 tub.

CAPRICIOS

Acest simptom indică sensibilitatea la unele medicamente.

— copil capricios, furios, care vrea să fie legănat, luat în braţe, în timpul unui puseu dentar, de exemplu: *Chamomilla 15 CH*, 5 granule de 1-2 ori pe zi;

— dispoziţie schimbătoare: *Ignatia, Pulsatilla.*

CAPSICUM

Origine

Piperul dulce. Folosit drept condiment, i se cunoaşte toxicitatea asupra mucoaselor. Acţiunea medicamentului homeopatic este foarte consistentă.

Simptome caracteristice

— inflamaţie acută a timpanului;
— senzaţie de arsură violentă;
— senzaţie de constricţiune a gâtului.

Principalele indicaţii

— început de otită congestivă;
— faringită acută.

Comparaţii şi asocieri

Belladonna 9 CH şi *Ferrum phosphoricum 9 CH* îi sunt, în general, asociate în cazul otitelor congestive.

CARACTER

Nici un tratament homeopatic nu poate să acţioneze asupra caracterului. În schimb, cele mai fiabile, cele mai constante trăsături de caracter ale unui individ constituie reflectarea personalităţii sale, în aceeaşi măsură ca sensibilitatea faţă de un eveniment sau faţă de un medicament. De aceea, cu ocazia consultaţiei, medicul homeopat îşi notează caracterul şi comportamentul pacientului, ceea ce orientează sau confirmă alegerea medicamentelor de fond.

— autoritar: *Lycopodium.*

— supărăcios: *Natrum muriaticum*;
— capricios: *Ignatia, Pulsatilla*;
— coleric: *Aurum, Chamomilla*;
— nerăbdător: *Argentum nitricum*;
— iritabil: *Nux vomica*;
— gelos: *Lachesis*;
— meticulos: *Arsenicum album*:
— timid: *Pulsatilla, Silicea.*

CARBO ANIMALIS

Origine

Cărbunele animal purificat.

Principalele indicaţii

— eructaţii şi balonări;
— slăbiciune intensă;
— acnee.

Comparaţii şi asocieri

Indicaţiile acestui medicament homeopatic sunt destul de apropiate de cele ale lui *Carbo vegetabilis.*

CARBO VEGETABILIS

Origine

Cărbunele de lemn. Acţiunea lui asupra intestinului stă la baza a numeroase medicamente. Dar utilizarea lui homeopatică indică efecte mult mai bogate asupra intestinului, dar şi asupra vaselor şi a respiraţiei.

Simptome caracteristice

— flatulenţă;
— spasme ale extremităţilor capilarelor;
— toropeală, slăbiciune;
— senzaţie de frig intens.

Principalele indicaţii

— balonarea întregului abdomen, cu gaze;

— degerături;
— cangrenă;
— insuficienţă respiratorie;
— dificultăţile respiratorii ale bătrânilor.

Comparaţii şi asocieri
China: balonări.
Secale cornutum: degerături, cangrenă.
Antimonium tartaricum: dificultăţi respiratorii.

CARBOLICUM ACIDUM

Origine
Fenolul.

Principalele indicaţii
Eczema mâinilor, cu mâncărimi.

CARBONEUM SULFURATUM

Origine
Sulfura de carbon.

Principalele indicaţii
În principal, simptome neurologice:
— nevralgii trecătoare;
— furnicături, pierderea sensibilităţii mâinilor sau picioarelor.

CARDIOLOGIE

După cancer şi maladiile sistemului imunitar, cele mai redutabile sunt maladiile cardio-vasculare. Arterioscleroza, arterita, hipertensiunea arterială, infarctul sau accidentele vasculare cerebrale pot să fie de domeniul homeopatiei.

Nu trebuie uitat:
— importanţa terenului personal şi ereditar, precum şi posibilităţile preventive ale homeopatiei;
— locul foarte important al emotivităţii şi al stresului la originea maladiilor cardio-vasculare şi efectele homeopatiei asupra echilibrului psihosomatic al pacienţilor cu risc;

— eficacitatea reală a medicamentelor homeopatice asupra unor ţesuturi vasculare şi asupra unora dintre funcţiunile lor.

Locul homeopatiei este important la nivel preventiv şi curativ, dar nu trebuie să se uite bogăţia de mijloace de diagnosticare şi terapeutice actuale. Homeopatia şi alopatia sunt deseori complementare.

Vezi ARTERIOSCLEROZĂ, ARTERITĂ, HIPERTENSIUNE.

CARDUUS MARIANUS

Origine
Armurariul (scaietul).

Principalele indicaţii
Drenor al căilor biliare.

Comparaţii şi asocieri
Chelidonium: drenor hepato-biliar.
Carduus marianus este frecvent complementar pentru *Sepia*.

CARENŢĂ

Carenţele alimentare se află la originea unor modificări ale terenului*, îndeosebi a modului reacţional sicotic*.
Vezi ALIMENTAŢIE.

CARIE

— tendinţa la carii la copil: *Jenoverine*, 1 linguriţă dimineaţa şi seara;
— tendinţa la carii la adult: *Ostéocynésine*, 2 comprimate dimineaţa şi seara;

Şi, în ambele cazuri: *Staphysagria 15 CH* şi *Calcarea fluorica 15 CH*, 1 doză din fiecare pe săptămână, în cură de două luni, de 2-3 ori pe an.

CASTOREUM

Origine
Glanda castorului.

Principalele indicații
— spasme respiratorii cu suspine;
— excitație sexuală feminină.

Comparații și asocieri
Ignatia, Lachesis: spasme respiratorii la persoanele hiperexcitabile.

CAȘEXIE

Stare de slăbire extremă, datorată unei boli sau unor carențe foarte mari. În afară de tratamentul cauzelor și realimentare: *Abrotanum 5 CH,* 5 granule de 3 ori pe zi, și *Silicea 15 CH*, 5 granule pe zi.
Vezi DENUTRIȚIE.

CATAR

Catarul (guturaiul) este o hipersecreție a mucoaselor respiratorii.
Catarul cronic, sinuzita, bronșita sau rinita constituie în homeopatie semne importante ale unui teren sau mod reacțional cronic și duc la tratamente specifice.
Vezi MOD REACȚIONAL CRONIC SICOTIC.

CATARACTĂ

Tratamentul medical este uneori stabilizator, dar astăzi chirurgia se afirmă ca tratamentul cel mai ales.
Homeopatia se poate asocia tratamentelor medicale clasice pentru a întârzia evoluția: *Silicea 15 CH* și *Calcarea fluorica 15 CH*, 1 doză pe săptămână, în cură de trei luni, de 2 ori pe an.

CAULOPHYLLUM THALICTROIDES

Origine
Iarba femeilor — cum numesc această plantă indienii din America — folosită pentru facilitarea nașterii.

Principalele indicații
— facilitarea dilatării colului și a travaliului în timpul nașterii, mai ales în caz de spasme;
— menstre dureroase.

Comparații și asocieri
Actaea racemosa: naștere.
Colocynthis: menstre dureroase.

CAUSTICUM

Origine
Este o substanță chimică complexă pusă la punct de Hahnemann, pe bază de var și sulfat de potasiu.
Medicamentul homeopatic care a rezultat acționează asupra sistemului nervos, a articulațiilor și a pielii.

Simptome caracteristice
— paralizie;
— contracție musculară;
— negi, cicatrice dureroase.

Principalele indicații
— paralizie facială după o răceală;
— laringită, pierderea vocii;
— incontinență urinară la efort;
— tendinită;
— veruci sub unghii.

Comparații și asocieri
Aconitum: paralizie facială la rece.
Arnica: pierderea vocii după efort.
Sepia: incontinență urinară.
Cuprum: crampe.
Graphites: veruci în jurul unghiilor.

CAUSTICUM

Situații sensibile

Găsim de cele mai multe ori evenimente traumatizante, în orice caz, o suferință fie de origine psihologică, fie de origine fizică:

➤ o problemă legată de nou-născuți, spitalizare, îngrijiri necorespunzătoare;

➤ un copil care a fost maltratat la creșă sau la școală;

➤ o problemă familială, violență fizică sau psihică;

➤ o persoană în vârstă, care face un tratament dificil și dureros;

➤ orice persoană în vârstă care face un tratament prost.

Persoane sensibile

Simptomele lui *Causticum* apar mai ales la cele două extremități ale vieții, îndeosebi la indivizi plăpânzi și emotivi.

➤ *În echilibru*

Clasic, e un copil cu o față mică, cu urechi clăpăuge, având un corp firav și un abdomen voluminos. Cel mai frapant este de cele mai multe ori mersul, care se face pe vârful picioarelor.

Copil sau adult, el este foarte atent la ceilalți (inclusiv animale) și este plin de compasiune.

Poate să fie descrisă și persoana în vârstă emotivă, care are totdeauna lacrimi în ochi.

➤ *În dezechilibru*

E un copil care plânge la cea mai mică emoție. Îi este frică de întuneric și de noapte, cu enurezie frecventă (pipi în pat).

Învățarea curățeniei anale este dificilă și sursă de conflicte cu părinții foarte exigenți.

Din timid amabil, el devine agresiv, violent, mușcă și lovește cu piciorul.

CĂDEREA PĂRULUI

Vezi ALOPECIE.

CĂLCÂI

— dureri de călcâi datorate unui spin calcanean: *Hekla lava 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, și *Medorrhinum 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de o lună;

— durere profundă de parcă ai merge pe pietricele ascuțite: *Aranea diadema 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de o lună;

— veruci multiple pe călcâi: *Lycopodium 9 CH*, 5 granule zilnic, timp de o lună.

CĂLDURĂ +

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

➤ **Nu suportă căldura**

Lachesis, Natrum carbonicum, Pulsatilla.

De exemplu, cu ocazia unei călătorii într-o țară cu climă foarte caldă care provoacă oboseală, se iau zilnic: *Lachesis 9 CH* și *Natrum carbonicum 9 CH*, 5 granule din fiecare pe zi.

➤ **Îi e totdeauna foarte cald**

Sulfur.

➤ **Caută căldura**

Silicea, Psorinum, Arsenicum album.

➤ **Durerea se reduce la căldură**

Arsenicum album, Rhus toxicodendron.

De exemplu, în caz de zona zoster, durerile se reduc prin aplicări calde: *Arsenicum album 15 CH*, 5 granule la fiecare două ore.

În caz de reumatism ameliorat de aplicări sau dușuri calde: *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

CĂPUŞĂ

După o muşcătură de căpuşă, trebuie dezinfectată rana şi consultat medicul, căci căpuşele pot să fie purtătoare de anumite maladii transmisibile omului. Între timp, se ia *Tarentula cubensis 5 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

CĂSCAT

➢ **Nevoia de căscat**
Impresia de nod în gât sau în stomac, hipersensibilitate: *Ignatia 15 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi.
➢ **Nevoia de aer, de a suspina, de a căsca**
Lachesis 9 CH, 5 granule 1-2 ori pe zi;
➢ **Căscat, dar fără să se poată adormi**
Belladonna 15 CH, 5 granule la culcare.

CEAFĂ

— dureri de cap care se întind la ceafă: *Gelsemium 15 CH*, 5 granule la fiecare două ore;
— înţepeneală a cefei în momentul menstrelor: *Actaea racemosa 9 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi.
Vezi CERVICAL.

CEARCĂNE

Cearcănele pot să indice la copil prezenţa unor viermi: atunci trebuie să i se dea un vermifug şi *Cina 15 CH*, 1 doză 3 zile la rând.

Ele se mai pot datora şi oboselii sau unor stări de veghe prelungite. Unele persoane au cearcăne în mod deosebit: asta indică o sensibilitate la unele medicamente: *Sepia, Arsenicum album*.

CEDRON

Origine
Simaba cedron.

Principalele indicaţii
Nevralgii, cefalee, migrene în jurul ochiului, revenind cu precizie zilnic la aceeaşi oră.

Comparaţii şi asocieri
Aranea diadema: nevralgii care revin la aceeaşi oră.

CEFALEE

Vezi DURERI DE CAP.

CELULITĂ

Din nefericire nu există medicament homeopatic miraculos specific pentru celulită. În schimb, constatăm că celulita se dezvoltă pe unele sensibilităţi reacţionale, indicând medicamente precum: *Natrum muriaticum, Pulsatilla, Kalium carbonicum* sau *Calcarea carbonica*. Pe de altă parte, apariţia sau agravarea celulitei indică o modificare de teren (mod reacţional sicotic*) care necesită un tratament de fond.

Tratamentul de fond al medicului homeopat va reprezenta baza. Medicamentele simptomatice pot fi şi ele utile şi, în aşteptarea consultării medicului, se pot lua sistematic pentru stimularea circulaţiei şi eliminarea apei:
— *Fucus* şi *Pilosella* în capsule, 2 capsule din fiecare de 3 ori pe zi;
— *Hamamelis compus* sau *Climaxol*, 20 picături de 3 ori pe zi;
— *Apis 15 CH*, 5 granule în fiecare seară.

CENESTEZIE

Este perceperea propriului nostru corp. Uneori e şi perceperea unor senzaţii bizare în corp: impresia de mişcare sub piele. Aceste senzaţii pot să ducă la anxietate cronică. Ele indică un medicament homeopatic: *Thuya*.

CENTURĂ

— balonări la nivelul centurii, imediat după masă: *Lycopodium 5 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi;

— pacientul nu suportă o centură strânsă: *Lachesis*.

CEPHIL

Origine

Specialitate homeopatică, comprimate.

Principalele indicații

Cefalee, migrene, nevralgie.

Atenție! Acest medicament conține 100 mg de aspirină la fiecare comprimat.

CERVICAL

Durerile cervicale sunt extrem de frecvente și trebuie să ducă la consultarea medicului și, eventual, la un examen radiologic. Ele semnalează aproape totdeauna prezența unei artroze; dar, de cele mai multe ori, ele se datorează contracțiilor musculare cauzate de numeroși factori emotivi, hormonali și funcționali: eforturi, poziție proastă. Tratamentul de fond este indispensabil, la fel ca și o reeducare (metoda Mézière).

➢ **În așteptarea consultării medicului se vor lua**

Rhus toxicodendron 9 CH și *Lachnantes 5 CH*, 5 granule, în alternanță, la fiecare două ore.

➢ **Dacă durerile coboară pe umăr, se adaugă**

Paris quadrifolia 5 CH, 5 granule de 1-2 ori pe zi.

➢ **Dacă durerile și contracturile apar la fiecare ciclu menstrual, se ia**

Actaea racemosa 15 CH, 5 granule zilnic în cele trei-patru zile care preced menstrele.

CEZARIANĂ

După o cezariană, se iau sistematic:

— *Staphysagria 9 CH*, 5 granule dimineața și seara, timp de zece zile;

— *Graphites 15 CH*, 5 granule dimineața și seara, timp de o lună.

Se pune pe cicatrice și se masează ușor, de 3 ori pe zi, timp de o lună, o alifie cu calendula sau *Cicaderma*.

Vezi DILUȚIE.

CHAMOMILLA

Origine

Mușețelul, cunoscut de multă vreme pentru proprietățile lui calmante și antispasmodice. Utilizarea lui homeopatică arată o acțiune foarte rapidă în cazul unor maladii în care durerea și iritabilitatea sunt pe primul plan.

Simptome caracteristice

— hipersensibilitate la durere, cu agitație și furie;

— ameliorare prin mișcare pasivă, fiind legănat sau plimbat cu mașina.

Principalele indicații

— pusee dentare ale sugarului, cu furie;

— colică, diaree, febră cu ocazia puseelor dentare;

— nevralgii sciatice, îndeosebi cu dureri insuportabile și iritabilitate;

— caracter iritabil, agitat, furia copiilor.

Comparații și asocieri

Belladonna: roșeață.

Nux vomica: mânie.

De avut în casă

Chamomilla 15 CH, 1 tub.

CHEIRANTHUS

Origine
Micsandra.

Principalele indicații
Inflamația gingiei datorată unei măsele de minte.

CHELIDONIUM

Origine
Rostopasca e cunoscută din antichitate pentru eficacitatea ei asupra ochiului. Lichidul galben pe care îl secretă servea la fabricarea unor medicamente pentru tratarea ficatului și bilei.

Experimentarea homeopatică precizează acțiunea ei în principal asupra ficatului.

Simptome caracteristice
— dureri hepatice, cu junghi în unghiul de jos al omoplatului drept;
— constipație, greață;
— migrenă.

Principalele indicații
— hepatită;
— dureri hepatice;
— „veziculă puturoasă", cu respirație urât mirositoare, constipație;
— regim;
— excese alimentare.

Comparații și asocieri
Chelidonium poate să fie comparat sau asociat cu alte medicamente eficace asupra funcțiilor hepato-biliare, în special în prepararea unor medicamente precum *Chelidonium compus* sau *Hépatodrainol*.

CHELIE

Vezi ALOPECIE.

CHENOPODIUM

Origine
Chenopodium anthelminticum.

Principalele indicații
Dureri de origine hepato-biliară care traversează spatele. Se recomandă un examen hepatic și o ecografie.

CHERATITĂ

Inflamație a corneei, virală sau microbiană, care necesită consultarea medicului oftalmolog. Atenție: să nu se pună picături cu cortizon, căci ar putea să fie vorba de un herpes corneean. Până la consultarea specialistului, și ca o completare a tratamentului său, puteți să luați: *Apis 15 CH* și *Mercusius corosivus 9 CH* 5 granule, în alternanță, de trei ori pe zi.

CHERATOZĂ

Îngroșarea pielii, care devine cornoasă și tare, în special pe talpa picioarelor: *Antimonium crudum 9 CH*, 5 granule, dimineața și seara, în cură de o lună, în completarea tratamentului prescris de specialistul în pedicură.

Vezi VERUCI, ECZEMA.

CHERATOZĂ SENILĂ

Pete fierbinți, care apar pe corp, în special pe mâini, la persoane în vârstă:
– *Thuya 15 CH*, 1 doză pe săptămână;
– *Cinnabaris 9 CH*, cinci granule pe zi.
Cură de trei luni în fiecare an.

CHIMAPHILA

Origine
Chimaphila.

Principalele indicații
Drenor al căilor urinare, folosit mai ales în tulburările prostatice.

Comparații și asocieri
Sabal serrulata: prostatism.
Cele două plante sunt asociate în medicamentul *Sabal serrulata compus*.

CHIMIOTERAPIE

Efectele secundare ale chimioterapiei provoacă deseori grețuri, arsuri, afte, oboseală, intoleranță sau reacții alergice. Medicamentele homeopatice sunt foarte folositoare pentru unele indicații, de exemplu:
— *Arsenicum album 9 CH*: arsuri;
— *Nux vomica 9 CH*: tulburări digestive;
— *Tabacum compus*: grețuri și amețeli.
Medicamentele homeopatice fabricate pe bază de medicamente chimioterapice (izopatice) pot să fie și ele utile.
În toate cazurile, numai medicul homeopat va putea să stabilească rolul homeopatiei față de tratamentul chimioterapic *(vezi CANCER)*.

CHINA

Origine
Arborele de chinină. Acțiunea extrasului de scoarță (chinina) asupra unor tipuri de febră era cunoscută din secolul al XVII-lea. În doze puternice, el poate să provoace o febră mare. Pornind de la această constatare, Hahnemann a descris un „nou principiu terapeutic": homeopatia.
Experimentarea și utilizarea terapeutică arată într-adevăr posibilități fecunde.

Simptome caracteristice
— balonarea pântecelui;
— diaree epuizantă;
— febră intermitentă, tip paludism;
— epuizare.

Principalele indicații
— toate oboselile ce apar în urma unei pierderi a unor lichide vitale: gastro-enterite, sângerări, transpirație, alăptare;

— febra intermitentă a stărilor gripale;
— balonări.

Comparații și asocieri
Kalium phosphoricum: oboseală nervoasă.
Carbo vegetabilis: balonarea pântecelui.
Belladonna: febră oscilantă.

De avut în casă
China 9 CH, 1 tub.

CHININĂ

După abuz sau intoleranță la chinină, se ia *China 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de o lună.

CHININUM SULFURICUM

Origine
Sulfatul de chinină.

Principalele indicații
Acufene, zbârnâituri în urechi.

CHIONANTHUS

Origine
Chionanthus virginica.

Principalele indicații
Durere a vezicii biliare.

Comparații și asocieri
Chelidonium: dureri care radiază sub omoplatul drept.

CHIRURGIE

Foarte mulți pacienți vin să consulte medicul homeopat înainte de o intervenție chirurgicală. Tracul, problemele de cicatrizare,

reluarea tranzitului intestinal și oboseala sunt problemele cele mai des abordate. Tratamentele și sfaturile sunt aproape totdeauna aceleași și pot fi aplicate de toată lumea.

Tracul

➢ Dacă tracul te paralizează:

Gelsemium 15 CH, 1 doză în ajun și în dimineața intervenției chirurgicale.

➢ Dacă tracul te face hipersensibil:

Ignatia 15 CH, 1 doză în ajun și în dimineața intervenției chirurgicale.

➢ Dacă perspectiva că vei avea dureri te face iritabil și furios:

Chamomilla 15 CH, 1 doză în ajun și alta în dimineața intervenției chirurgicale.

Prevenirea hematoamelor și sângerărilor

➢ Sistematic:

— *Phosphorus 15 CH*, 1 doză în ajun și în dimineața intervenției chirurgicale;

— *Arnica 9 CH* și *China 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, începând cu trei zile înainte de intervenția chirurgicală și continuând trei zile după.

Reluarea tranzitului

➢ Cu ocazia intervențiilor abdominale:

Opium 15 CH, 1 doză trei seri la rând după operație.

➢ În caz de sughiț:

Hyoscyamus 15 CH, 1 doză trei zile la rând.

Cicatricea

➢ Sistematic:

Staphysagria 15 CH, o doză pe săptămână, timp de o lună.

➢ În cazul unor antecedente de cicatrici hipertrofice:

Graphites 5 CH, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de o lună.

Oboseala

➢ După intervenții:

— *China 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de cincisprezece zile;

— *Silicea 15 CH*, 1 doză trei zile la rând.

Trebuie să mergeți la medicul homeopat înainte de intervenția chirurgicală ca să vă pregătiți pentru ea, dar și după, ca să se poată determina dacă nu cumva aceasta a dus la modificarea terenului sau la șoc psihologic important.

CHIST

Tumoare benignă; e o cavitate care conține lichid. Descoperirea unei îngroșări anormale pe piele, la nivelul unei articulații sau la sân, trebuie în mod imperativ să ducă la consultarea medicului. Diagnosticul de chist va fi stabilit de medic după un examen clinic și, de cele mai multe ori, după o ecografie, pentru confirmare.

➢ **Chist sinovial pe o articulație**

Apis 15 CH și *Bryonia 9 CH*, 5 granule, în alternanță, de 3 ori pe zi.

➢ **Chist de grăsime pe piele**

Conium 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de o lună.

➢ **Chist infectat**

Hepar sulfur 15 CH, 1 doză la douăsprezece ore, de 4 ori, și *Kalium bromatum 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

➢ **Chist la sân**

Vezi SÂN.

Apariția sau recidiva unor chisturi este ceva propriu unor terenuri care vor necesita un tratament de fond. *Vezi TEREN*.

CHLORPROMAZINĂ

Origine

Largactil.

Principalele indicații

Hepatită virală sau toxică.

Comparații și asocieri

Phosphorus: hepatită.

CHOLESTORINUM

Origine
Colesterolul.

Principalele indicații
Fără vreun efect asupra hipercolesterolemiei, el este util în caz de:
— calculi veziculari;
— semilună albă pe iris.

Comparații și asocieri
Lycopodium: calculi veziculari.

CICADERMA

Origine
Specialitate homeopatică, alifie.

Principalele indicații
Cicatrizare.

CICATRIZARE

➢ **Pentru activarea cicatrizării și evitarea cicatricelor hipertrofice**:
Alifie cu calendula în strat gros dimineața și seara, precum și *Graphites 15 CH*, 5 granule dimineața și seara, timp de o lună.
➢ **Dacă cicatricea provoacă mâncărimi, se adaugă**:
Fluoricum acidum 5 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.
➢ **Dacă cicatricea este foarte inflamată și dureroasă, se adaugă**:
Hepar sulfur 15 CH, 1 doză în fiecare seară, timp de șapte zile.
➢ **În cazul unei epiziotomii**:
Staphysagria 9 CH, 5 granule pe zi, timp de opt zile.

CICLU

Vezi MENSTRE.

CICUTA VIROSA

Origine
Cucuta de apă sau pătrunjelul nebunilor.

Principalele indicații
Acest medicament este folosit de medicii homeopați, cu rezultate remarcabile, în unele forme de epilepsie, după un examen neurologic complet.

CIMEX

Origine
Ploșnița.

Principalele indicații
Contracturi intense ale mușchilor picioarelor după un efort fizic.

Comparații și asocieri
Arnica: contracturi musculare.

CINA ♣♣

Origine
Pelinul de Alep. Folosit ca vermifug, excesul lui provoacă tulburări nervoase.

Simptome caracteristice
— prurit nazal și anal;
— dureri abdominale;
— agravare a simptomelor noaptea, la lună nouă.

Principalele indicații
— dureri de burtă periodice la copiii nervoși;
— somn agitat la copiii care au viermi;
— tuse nervoasă noaptea;
— pipi în pat.

Comparații și asocieri
Stramonium: coșmaruri.

CINNABARIS

Origine
Sulfura de mercur sau cinabrul.

Principalele indicaţii
Sinuzite frontale cu dureri la nivelul orbitelor.

CIROZĂ

Fie că e de origine alcoolică sau o consecinţă a unei hepatite cronice, leziunile sunt ireversibile. Tratamentul homeopatic va putea, în completarea tratamentelor clasice şi a măsurilor igieno-dietetice obligatorii, să aibă un efect pozitiv în încetinirea evoluţiei. Acest tratament, de resortul medicului homeopat, se bazează în special pe medicamente care acţionează asupra celulei hepatice (precum *Phosphorus*) şi pe medicamente de teren.

CISTITĂ

Cistita este o inflamaţie a vezicii, care se manifestă prin senzaţia frecventă de a urina şi dureri înainte, în timpul şi după urinare. Apariţia febrei, a frisoanelor sau a durerilor de rinichi indică o afectare a rinichilor. O infecţie urinară poate să fie însoţită de o cistită, dar o cistită chiar foarte dureroasă nu e neapărat sinonimă cu infecţia; poate să fie pur şi simplu o inflamaţie acută fără microb.

Recidivarea cistitei sau a infecţiei trebuie să ducă la căutarea — cu ajutorul analizelor — a microbului rezistent şi, prin examene radiologice, a cauzei organice, îndeosebi o malformaţie sau prezenţa unor calculi. Totuşi, foarte des, la femeie în special, analiza nu dezvăluie nimic, şi tratamentele cu antibiotice se succed fără a împiedica recidivele. Tratamentul homeopatic va asocia medicamente simptomatice împotriva durerii şi infecţiei şi medicamente de teren pentru tratarea recidivelor.

➢ Se vor lua sistematic timp de douăzeci şi patru de ore până la consultarea medicului:

Cantharis 5 CH şi *Mercurius corrosivus 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, la fiecare oră.

➢ Dacă cistita apare în urma unui raport sexual:

Staphysagria 15 CH, 1 doză de la primele simptome.

Acelaşi medicament poate să fie luat în mod preventiv, înainte de raporturile sexuale, dacă acestea provoacă de fiecare dată o cistită.

În toate cazurile, chiar mai înainte de a avea rezultatele analizelor de urină, trebuie luat:

— *Colibacillinum 15 CH*, 1 doză;
— *Ser anticolibacilar DH*, 1 fiolă de trei ori pe zi, timp de trei zile.

Precum şi preparatul fitoterapic următor:

— *Pilosella DH*;
— *Vaccinium vitis idaea mugure DH*;
— *Vaccinium myrtillus DH*;

30 de picături de 3 ori pe zi.

Apariţia febrei, a frisoanelor şi a durerilor lombare trebuie să vă determine să consultaţi neapărat medicul. Infecţia rinichilor constituie o urgenţă medicală.

CISTOCEL

Hernie a vezicii urinare ("coborârea vezicii"), frecventă în momentul menopauzei. Reducerea uro-genitală va putea să fie ajutată prin administrare de *Sepia 9 CH*, 5 granule pe zi. În caz de eşec, se poate propune o intervenţie chirurgicală.

CISTUS CANADENSIS

Origine
Mălăioasa canadiană.

Principalele indicaţii
Eczema, plăci roşii pe obrajii crăpaţi.

CITOLIZĂ

Citoliza este distrugerea unor celule cu ocazia maladiilor sau a intoxicaţiilor. Aşa se întâmplă în cazul hepatitelor virale sau toxice. Analizele sângelui (transaminaze) permit evaluarea acestei distrugeri numită citoliză hepatică. Un medicament homeopatic permite să se

lupte împotriva acestei distrugeri: *Phosphorus*, folosit în general în 15 CH, 1 doză pe zi, timp de cincisprezece zile.

Vezi HEPATITĂ.

CLACAJ

În caz de rupere a fibrelor musculare, în urma unui efort fizic, se iau *Arnica 9 CH* și *Hypericum 15 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi, timp de patru-cinci zile, și se respectă un repaus de cel puțin o săptămână. Consultați medicul înainte de reluarea activității sportive.

CLEMATIS ERECTA

Origine
Clematita luminoasă.

Principalele indicații
— dureri testiculare ca urmare a unei orhite;
— prostatism.

CLIMATOLOGIE

Apariția, dispariția, ameliorarea sau agravarea unor simptome în funcție de climat sau de anotimp permit foarte des să se determine sensibilitatea la medicamentele homeopatice. Sunt deci elemente indispensabile consultării homeopatice. Iată principalele:

➢ **Mare**
— agravare: *Natrum muriaticum* (ORL), *Natrum sulfuricum* (reumatism);
— ameliorare: *Medorrhinum* (astm).

➢ **Munte**
— ameliorare: *Natrum muriaticum* (ORL).

➢ **Zăpadă**
— agravare: *Calcarea phosphorica* (stare generală).

➢ **Furtună**
— agravare la venirea furtunii: *Rhododendron* (reumatism).
— agravare în timpul furtunii: *Phosphorus* (emotivitate, stare generală).

➢ **Umiditate**
— agravare: *Natrum sulfuricum* și *Rhus toxicodendron* (reumatism), *Dulcamara* (astm, ORL);
— ameliorare: *Causticum* (reumatism), *Hepar sulfur* (ORL).

➢ **Primăvara**
agravare: *Lachesis* (stare generală).

➢ **Vara**
— agravare: *Natrum carbonicum* (oboseală).

➢ **Toamna**
— agravare: *Rhus toxicodendron* (reumatism).

➢ **Iarna**
— agravare: *Petroleum* (eczemă, reumatism).

CLIMAXOL

Origine
Specialitate homeopatică, picături.

Principalele indicații
Tulburări ale circulației venoase.

Comparații și asocieri
Hamamelis compus.

CLIPIREA OCHILOR

➢ Nu suportă lumina:
Belladonna 9 CH, 5 granule de două ori pe zi.
➢ Iritație a conjunctivelor:
Euphrasias 5 CH, 5 granule de 2-4 ori pe zi.
În toate cazurile, trebuie consultat medicul dacă simptomele persistă.
➢ Herpes.

COAGULARE

Medicamentele homeopatice pot să acționeze asupra coagulării. De exemplu, aspirina sub formă homeopatică diminuează timpul de sângerare, în timp ce în doză obișnuită crește acest timp. Acest

fenomen a dus – de câţiva ani – la publicarea a numeroase articole de către profesorul Doutremepuich, hematolog la facultatea din Bordeaux. Medicamente homeopatice, preparate pe bază de venin de şarpe – precum *Vipera, Naja,* de exemplu – pot să interfereze cu anticoagulantele şi ar putea să modifice procentul de protrombină.

Trebuie deci să anunţaţi medicul homeopat dacă faceţi un tratament anticoagulant.

COAJĂ

În urma rănilor sau la sfârşitul unor erupţii de vezicule — herpes, varicelă, zona zoster —, se vor lua sistematic *Mezereum 5 CH* şi *Graphites 15 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi, până la dispariţia cojilor, şi se aplică pe coji o alifie cu *Mezereum*.

În caz de coji pe faţă sau de pecingine la copil, trebuie consultat medicul.

COAJĂ DE LAPTE

Plăci ce se lipesc la rădăcina părului şi pe faţă, observate la unii sugari. Trebuie consultat medicul pentru confirmarea diagnosticului. Tratamentul homeopatic este foarte eficace:

— *Calcarea carbonica 15 CH*, 1 doză de 2 ori pe săptămână, timp de o lună;

— *Lycopodium 9 CH*, 5 granule pe zi, timp de zece zile.

Cojile se curăţă cu apă *Dalibour*.

COBORÂRE

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Teamă de mişcarea de coborâre — copilaşul plânge când e aplecat ca să fie culcat sau la coborârea scărilor în braţe; teamă de avion când coboară, rău în ambarcaţiune din cauza tangajului: *Borax 15 CH*, fie preventiv 1 doză în ajunul unei călătorii, fie zilnic, timp de patru-cinci zile la copil.

COBORÂRE DE ORGANE sau PROLAPSUS

Fie că e vorba de un prolapsus real al uterului sau al vezicii sau de o simplă senzaţie de apăsare în pântece, trebuie consultat medicul pentru un examen. Între timp se ia: *Sepia 9 CH*, 5 granule pe zi. Dacă jena este însoţită de scurgeri urinare în timpul efortului, se adaugă: *Causticum 15 CH*, 5 granule pe zi.

COCA

Origine
Arborele din care se extrage cocaina.

Principalele indicaţii
Rău de munte: insomnii, cefalee, anxietate.

COCCIS

Dureri de coccis: *Ruta 5 CH* şi *Hypericum 15 CH*, 5 granule din fiecare, de 3 ori pe zi, în aşteptarea consultării medicului.

COCCULINĂ

Origine
Specialitate homeopatică, doze şi comprimate.

Principalele indicaţii
Rău de maşină.

COCCULUS

Origine
Moluscă bivalvă comestibilă. Ea conţine un alcaloid, picrotoxina, care acţionează asupra unei părţi a urechii interne, cea care menţine echilibrul.

Simptome caracteristice
— ameţeli cu greţuri şi mare oboseală;

— senzație de rău, cu slăbiciune a mușchilor spatelui;
— agravare la momentele pasive;
— agravare la lipsa de somn.

Principalele indicații
— rău de mașină;
— vomă în timpul sarcinii;
— insomnie în urma surmenajului sau a unor stări de veghe prelungite;
— decalaj orar;
— amețeli.

Comparații și asocieri
Tabacum: amețeli, senzație de rău, rău de mașină.

De avut în casă
Coccculină (specialitate homeopatică pe bază de cocculus).

COCCUS CACTI

Origine
Coșenila.

Simptome caracteristice
— accese de tuse cu expectorare de mucozități albe;
— agravare dimineața la spălatul dinților;
— ameliorare când se bea ceva rece.

Principalele indicații
Tuse convulsivă, traheită.

Comparații și asocieri
Drosera, Coralium rubrum: tuse convulsivă, traheită.

COFFEA

Origine
Cafeaua verde, varietatea arabică.

Simptome caracteristice
— excitare mentală, cu aflux de idei;
— hipersensibilitate a tuturor simțurilor;
— agravare la emoții pozitive.

Principalele indicații
— adormit greu, cu aflux de gânduri;
— excitație, hipertiroidie.

Comparații și asocieri
Ignatia: hipersensibilitate emoțională.

COIT

— coit dureros la femeie: *Sepia 15 CH*, 5 granule seara, în așteptarea consultării medicului, și *Helonias 5 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi, în cură de o lună;
— în caz de oboseală, dacă aceasta este clar agravată după raporturile sexuale: *Kalium phosphoricum 9 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi.

Vezi SEXUALITATE.

COLCHICUM

Origine
Brândușa.

Principalele indicații
— grețuri ale sarcinii;
— acces acut de gută.

COLECISTITĂ

Inflamația acută a căilor biliare. Dacă durerile și febra sunt mari, e vorba de o urgență chirurgicală. În așteptarea medicului, se pune gheață pe pântece și se iau, în alternanță, la fiecare patru ore, 5 granule de *Bryonia 5 CH* și *Colocynthis 5 CH*. În cazurile cronice, se iau, pentru a preveni criza acută, *Sepia biliară 5 CH* și *Chelidonium compus*, 15 picături din fiecare, înainte de mese.

COLESTEROL

Excesul de colesterol este unul dintre marii vinovaţi ai arteriosclerozei. Marile anomalii trebuie, în afară de regim, să fie tratate cu medicamente clasice.

În schimb, în multe cazuri, excesul este moderat. În prima fază este preferabil să se treacă la regim şi la un tratament homeopatic. Pe de altă parte, unele medicamente de fond sunt preconizate pentru terenurile care prezintă tulburări lipidice (*vezi LYCOPODIUM, SEPIA, SULFUR*).

COLIBACILLINUM

Origine
Colibacilul.

Principalele indicaţii
— infecţie urinară recidivantă la colibacili;
— colibaciloză digestivă cronică.

Comparaţii şi asocieri
Anilinum: infecţie urinară cronică.

COLICĂ

Senzaţie de spasm la nivelul unui organ, survenind prin accese: colici intestinale, nefritice, hepatice sau uterine.

În toate cazurile se iau: *Colocynthis 9 CH* şi *Magnesia phosphorica 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, la fiecare sfert de oră în momentul acceselor.

COLICI

Contracţiile care durează două-trei zile după naştere pot să fie tratate cu *Secale cornutum 9 CH* şi *Actaea racemosa 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, de 3 ori pe zi.

COLITĂ

Vezi COLOPATIE.

COLOCYNTHIS

Origine
Tărtăcuţa.

Simptome caracteristice
— crampe violente care se produc brusc;
— stare ameliorată la îndoitul în jos sau la o presiune puternică.

Principalele indicaţii
— colici nefritice;
— colici hepatice;
— colici intestinale;
— menstre dureroase;
— sciatică.

Comparaţii şi asocieri
Magnesia phosphorica: dureri spasmodice.

Aceste două medicamente se iau în alternanţă în majoritatea indiciilor, când domină spasmul sau colica.

De avut în casă
Colocynthis 9 CH.

COLOPATIE

Colopatia funcţională sau intestin dureros necesită o îngrijire globală a pacientului. Tratamentul cuprinde trei părţi: mai întâi impunerea bazelor unei bune igiene alimentare, tratarea unui teren cronic, marcat de o anumită sensibilitate emoţională, şi, în fine, prescrierea unor medicamente simptomatice.

➤ **Teren colitic**:
— *Nux vomica*: subiect hiperactiv, nerăbdător, intolerant (9 CH, 5 granule 1-2 ori pe zi);
— *Lycopodium*: subiect autoritar, anxios, meticulos (9 CH, 5 granule 1-2 ori pe zi);

— *Argentum nitricum*: subiect nerăbdător, precipitat, fobic (9 CH, 5 granule 1-2 ori pe zi).

➢ **Tratament simptomatic:**

Vezi BALONĂRI, COLICĂ, CONSTIPAȚIE, DIAREE.

COMEDON

Acnee cu comedoane: *Natrum muriaticum 9 CH*, 5 granule pe zi, și *Sulfur iodatum 9 CH*, 5 granule pe zi, timp de cel puțin două-trei luni.

COMISURĂ

Tăietură la comisura buzelor: *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi.

COMOȚIE

După orice traumatism cranian sau accident vascular, care a fost examinat și tratat, să se ia:

— *Natrum sulfuricum 15 CH*, 1 doză trei zile la rând,

— *Arnica 15 CH*, 1 doză trei zile la rând.

COMPANIE ✢

Căutarea companiei sau consolării indică sensibilitate la *Pulsatilla*.

COMPLEXISM

Care e baza complexismului?

Complexismul constă în a prescrie un număr mai mic sau mai mare de medicamente reunite în același preparat. Aceste medicamente sunt puse la un loc pentru că au fie o acțiune similară asupra unui țesut (piele, vene), fie o acțiune complementară asupra unei funcții (digestie, somn). Acesta este cazul majorității formulelor compuse sau specialităților propuse de farmacie. Un alt aspect al complexismului constă în gruparea unor medicamente alese după similitudinile lor: asociere de medicamente minerale, vegetale sau animale. Această alegere poate să se bazeze și pe corespondențele simbolice sau esoterice între diferitele substanțe (antroposofia lui Steiner).

Care sunt interesele și limitele complexismului?

Interesul este simplitatea de utilizare oferită de fiecare maladie: formulă compusă eficace, fără să fie nevoie de individualizarea cazului clinic.

Totuși, aceste formule, dacă sunt foarte utile la tratarea unei leziuni sau a unei tulburări funcționale, nu pot avea în schimb o acțiune individualizată asupra sensibilității sau a terenului maladiei.

Pe de altă parte, preparatele magistrale comportă uneori foarte numeroase medicamente, nu neapărat complementare: suntem departe atunci de o complexitate rezonabilă, iar unii homeopați puriști nu ezită să numească acest tip de practică „dezordinoterapie".

COMPORTAMENTUL COPILULUI (tulburări)

Consultațiile pentru problemele legate de comportamentul copiilor sunt aproape la fel de numeroase ca cele referitoare la infecțiile repetate ale nasului, gâtului, urechilor sau bronhiilor.

Aceste consultații sunt motivate în primul rând de o constatare și de o plângere a părinților sau a educatorilor referitoare la comportamentul copilului acasă sau la școală. Copilul e agitat, furios, supărător acasă, nu face nimic la școală. *E prea*: nervos, dezordonat, lent, leneș, sau *nu e destul de*: calm, chibzuit, autonom, curios, ferm... Caracterul normativ sau cantitativ al acestor judecăți face relativă aprecierea și, în realitate, în spatele acestei prime abordări se ascund alte întrebări la care consultația trebuie să răspundă.

Ce are?

Consultația are drept scop dedramatizarea situației, evaluarea cu claritate a ceea ce se întâmplă, ajutându-l pe copil, plasând faptele și sentimentele în contextul familial și școlar, ținând cont de așteptările anturajului și de gradul său de toleranță.

Cine e?

Studierea antecedentelor copilului, a modalităților sale reacționale, a sensibilității sale generale, permite o mai bună cunoaștere, înțelegere și analiză a comportamentului sau, deseori, a mesajului său.

Ce trebuie făcut?

Un tratament care se bazează mult mai mult pe înțelegerea terenului și a temperamentului copilului decât pe medicamente simptomatice cu scop calmant sau excitant. Părinții trebuie făcuți să-și cunoască mai bine copilul, să știe cine e, să-i cunoască mediul, lăsând deoparte normele sau propriile lor așteptări.

Situații întâlnite

➢ ***Agitații și instabilități fizice***

Copilul nu stă locului la școală, acasă și în timpul consultației. Important e să se facă deosebirea între:

— o nevoie naturală de mișcare, o nevoie de a se depăși care indică *Sulfur*;

— o nevoie de activitate fizică, *Nux vomica*;

— o agitație care ascunde o anxietate, *Argentum nitricum* sau *Arsenicum album*.

➢ ***Copii timizi și emotivi***

Unii copii par inhibați, blocați, paralizați de trac sau timiditate. Se tem de necunoscut, îi sperie dificultățile: situația e ameliorată de *Gelsemium*. Alții se simt fragili (*Silicea*);în fine, la cei mai mici, angoasa despărțirii de mamă va fi foarte repede ameliorată cu *Pulsatilla*.

➢ ***Comportamente patologice***

Furia, violența verbală sau fizică, gelozia, refuzul de a comunica sau blocajul școlar sunt simțite de părinți ca un comportament de opoziție, un refuz de a învăța sau de a participa la dinamica familială sau școlară. Comportamentul copilului trebuie decodificat în raport cu sensibilitatea și reacțiile lui generale, dincolo de acest sentiment al anturajului.

Nevoia de independență *(Lycopodium* sau *Aurum)*, emotivitatea și fragilitatea (*Phosphorus* sau *Silicea)*, impulsivitatea (*Nux vomica* sau *Lachesis)*, dificultatea de adaptare (*Mercurius solubilis)*, teama de a părăsi mama (*Pulsatilla* sau *Calcarea carbonica)* sunt tablouri clinice care nu au nici aceeași semnificație, nici același prognostic, și care duc la atitudini terapeutice foarte diferite.

În general, medicamentele homeopatice indicate aici se dau în diluții de 15 sau 30 CH. Dar atenție! E dificil să fii și judecător și parte. Pentru a înțelege și a trata comportamentul copiilor tăi e mai bine să te adresezi unui medic homeopat.

Un vechi obicei al medicilor homeopați este de a numi fiecare copil după medicamentul care îi e prescris; și la mulți ani după aceea, eticheta rămâne lipită pe acel copil: *Pulsatilla* sau *Arsenicum album...* ca un al doilea prenume. Acest obicei, care îi liniștește pe părinți (și pe medic), nu trebuie să facă să se uite că tipologia nu e o fatalitate definitivă. Homeopatia este o terapeutică ce respectă individul, nu are drept scop de a-i pune pe bolnavi, și în special pe copii, în cutii prea ermetice. Înțelegerea sensibilității copilului permite să se prescrie tratamentul cel mai potrivit la un moment dat. Ea ajută și la mai buna înțelegere a mesajului său, a raporturilor cu anturajul; în felul acesta poate fi ameliorat un climat familial uneori perturbat.

CONCENTRARE

Greutatea de a te concentra: *Kalium phosphoricum 9 CH*, 5 granule 1-2 pe zi, în cură de o lună.

CONCOMITENT

Simptomele concomitente apar pe lângă simptomele proprii ale unei maladii. De exemplu, modificarea dispoziției din cauza febrei, tulburări digestive din cauza unei dureri de cap. Aceste simptome sunt foarte importante în homeopatie, pentru că permit să se facă alegerea între mai multe medicamente și dovedesc o reacție generală a bolnavului.

CONDILOM

Veruci situate în regiunile ano-genitale:
Thuya 15 CH, 1 doză pe săptămână;
și *Medorrhinum 15 CH*, 1 doză pe săptămână;
și *Staphysagria 9 CH*, 5 granule zilnic;
și *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule zilnic.
Tratamentul trebuie urmat cel puțin două luni.

CONGESTIE

➤ **Congestie pulmonară**
Vezi PNEUMONIE/PNEUMOPATIE.

➤ **Congestie genitală**
Apăsare înainte de menstre: *Sepia 9 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi, în timpul săptămânii dinaintea menstrelor.

➤ **Congestia feței, roșeață**
Lachesis 9 CH și *Sanguinaria 9 CH*, 5 granule din fiecare, de 3 ori pe zi.

➤ **Congestia feței în timpul mesei și după masă**
Lycopodium 9 CH, 5 granule înainte de masă.

CONIUM

Origine
Cucuta *(Conium maculata)*. Toxicitatea ei este cunoscută din antichitate, când era folosită ca otravă. Acțiunea ei este mai ales neurologică. Medicamentul homeopatic acționează și asupra organelor genitale, a sânilor și a sexualității.

Simptome caracteristice
— amețeli la întoarcerea capului;
— agravare la mișcarea ochilor;
— paralizia nervilor motori;
— întărirea sânilor;
— impotență, ejaculare precoce;
— agravare la reținere sexuală.

Principalele indicații
— amețeli declanșate de mișcări;
— mastoze cu chisturi;
— dificultate la urinare;
— impotență.

Comparații și asocieri
Argentum nitricum: amețeli declanșate de mișcare.
Phytolacca: mastoze fibro-chistice.
Agnus castus: impotență.

CONJUNCTIVITĂ

➤ **Conjunctivită alergică**
Se ia sistematic: *Poumon histamine 15 CH*, 5 granule dimineața și seara.

➤ **Dacă domină edemul și roșeața**
Euphrasia 5 CH și *Apis 15 CH*, 5 granule, în alternanță, oră de oră.

➤ **Dacă domină lăcrimarea și arsura**
Kalium iodatum 5 CH și *Mercurius corrosivus 5 CH*, 5 granule, în alternanță, oră de oră.
Tratamentul de teren e indispensabil.

➤ **Conjunctivită virală**
Apis 15 CH și *Mercurius corrosivus 5 CH*, 5 granule, în alternanță, de trei ori pe zi. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

➤ **Conjunctivită traumatică**
Consultați imediat medicul. Între timp: *Arnica 9 CH* și *Hamamelis 5 CH*, 5 granule, în alternanță, oră de oră.
Vezi ALERGIE.

CONSTIPAȚIE

Întrebările
Există senzație de scaun sau nu?
Scaunul e dificil de evacuat?
Cum arată: uscat, tare, aglomerat, moale?

Ce trebuie făcut
Se iau de 2 ori pe zi 5 granule în 9 CH a medicamentului indicat.

Medicul trebuie consultat dacă
— constipația e recentă, neobișnuită;
— constipația alternează cu diareea;
— scaunul e cu sânge;
— în familie există antecedente de cancer la colon.

CONSTIPAȚIE: există senzație, dar rezultatul e insuficient

NUX VOMICA
Senzație frecventă de scaun, în special după mese, dar spasmele împiedică o evacuare completă.

✧ ***Experiența mea:***
În special după exces alimentar; hemoroizii sunt frecvenți.

LYCOPODIUM
Scaun incomplet, cu multe balonări și gaze.
✧ ***Experiența mea:***
Antecedentele hepatice și migrenele se întâlnesc totdeauna.

CHELIDONIUM
Insuficiență hepato-veziculară, cu dureri de vezicułă.
✧ ***Experiența mea:***
Constipația alternează deseori cu diaree galbenă.

CONSTIPAȚIE: absența nevoii

ALUMINA
Chiar și un scaun mic necesită eforturi mari; scaunul e ca panglica.
✧ ***Experiența mea:***
Medicament preventiv al fecalomelor la persoanele în vârstă.

HYDRASTIS
Scaun incomplet, cu multe balonări și gaze.
✧ ***Experiența mea:***
Insuficiență hepatică; scaunul este deseori vâscos.

OPIUM
Inerție totală a rectului; scaunul e uscat și negru.
✧ ***Experiența mea:***
Medicament clasic după o intervenție chirurgicală. 30 CH, o doză, trei zile la rând.

Thomas, în vârstă de doi ani, are scaun doar la două-trei zile o dată. Scaunul este foarte gros, uscat, format din mici bile aglomerate.
➢ BRYONIA 9 CH, 5 granule, înaintea celor două mese.

Georges, în vârstă de 70 de ani, se plânge că iese afară cu greutate, chiar și scaunul mic sau moale cerând un efort mare.
➢ CAUSTICUM 9 CH, 5 granule, dimineața.
➢ ALUMIN 9 CH, 5 granule, seara.

Anne, în vârstă de 47 de ani, se plânge de constipație fără nevoia de a ieși afară, scaunul e tare și uneori acoperit de mucozități.
➢ HYDRASTIS 9 CH, 5 granule înainte de cele două mese.

CONSTIPAȚIE: mare greutate de evacuare
BRYONIA
Scaunul e uscat, voluminos și aglomerat.
✧ ***Experiența mea:***
Există în general o uscăciune a mucoaselor care trebuie tratată bând multe lichide.

AMMONIUM MURIATICUM
Scaunul e tare, fărâmițat ca pământul.
✧ ***Experiența mea:***
Medicamentul de fond e în general *Natrum muriaticum.*

CAUSTICUM
Eforturile sunt ineficace din cauza paraliziei sfincteriene.
✧ ***Experiența mea:***
Medicament pentru bătrâni sau recomandat în urma unor tulburări neurologice.

CONSTITUȚIE

De unde vine noțiunea de constituție?
Noțiunea de constituție nu e contemporană cu nașterea homeopatiei la sfârșitul secolului al XVIII-lea (*vezi HAHNEMANN*). La începutul secolului XX, mulți medici, reluând cercetările școlii

hipocratice, au încercat să definească dacă morfologia sau constituția noastră fizică predispune la anumite boli sau trăsături de caracter. În acest spirit, doctorii Antoine Nebel și Léon Vannier au definit constituțiile homeopatice.

Câte constituții homeopatice există?

Ei au descris trei constituții — carbonică, fosforică și fluorică — bazându-se pe morfologia generală și suplețea sau laxitatea articulațiilor. De fiecare dintre aceste constituții de bază se leagă predispoziții patologice (*vezi TEREN, MOD REACȚIONAL CRONIC*) și trăsături de caracter.

Care sunt interesul și limitele acestei noțiuni?

Constituția rămâne un argument de orientare pentru medicul homeopat. Totuși, alegerea medicamentului se face înainte de orice în funcție de simptomele fizice și funcționale, nu după un tip morfologic.

CONSTITUȚIE CARBONICĂ

E vorba de indivizi mai curând mici și îndesați, cu dinți pătrați și bine aliniați, cu degete scurte. Există o rigiditate particulară, legată de slaba laxitate ligamentară, care le conferă un comportament lent și prea puțin suplu. Caracterul este după imaginea siluetei lor, rotund, lent, încăpățânat, uniform. Sunt conformiști, respectă regulile, uneori rigizi și fără mare originalitate, dar fideli angajamentelor lor. Tendințele lor patologice sunt mai ales scleroza, îngrășatul și patologiile legate de modul reacțional psoric*.

CONSTITUȚIE FLUORICĂ

Această constituție este marcată de distrofie, asimetrie, hiperlaxitate. Silueta pare totdeauna neregulată: scolioză, atitudine asimetrică, dinții sunt neregulați și predispuși la carii, chiar și fața pare asimetrică, articulațiile sunt hiperlaxe, favorizând entorsele. Caracterul e instabil, deseori original, ceea ce poate să ducă la un comportament creativ artistic sau la atitudini asociale, chiar perverse. Tendințele patologice sunt marcate mai ales de consecințele hiperlaxității și ale slăbirii țesutului de susținere: probleme osteo-articulare, varice, probleme de piele.

CONSTITUȚIE FOSFORICĂ

E vorba de un subiect longilin, zvelt, dinții sunt mai mult lungi decât lați, arcada dentară superioară depășește arcada inferioară, degetele sunt lungi, laxitatea e normală, antebrațul este aliniat cu brațul. Comportamentul e marcat de emotivitate, tendință spre oboseală, alternanța entuziasmului cu descurajarea. Gesturile și atitudinile sunt în general impregnate de estetism. Tendințele patologice sunt cele ale modului reacțional tuberculinic*.

CONSTRICȚIUNE

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Impresia că ești prea strâns la gât sau la mijloc: această senzație indică sensibilitatea la *Lachesis*.

CONSULTAȚIE

Consultația medicului homeopat are un dublu obiectiv: mai întâi stabilirea diagnosticului maladiei în cauză, apoi notarea simptomelor care indică reacția personală a bolnavului. Medicamentele homeopatice sunt alese în funcție de acest dublu diagnostic. De exemplu, în caz de febră, medicul, după chestionarea și examinarea clinică, va ajunge la concluzia unui sindrom gripal, apoi va nota reacțiile personale (prezența sau absența setei, a frisoanelor) și modificările de comportament (agitație, descurajare, delir). Este evident că fiecare medic homeopat are obiceiurile sale și felul lui de a proceda, iar ordinea descrisă aici este doar un exemplu. În orice caz, medicul homeopat va trata cu aceeași atenție fiecare pacient.

➢ **Descrierea precisă a simptomelor**

— localizarea;
— aspectul;
— senzațiile;
— condițiile de ameliorare sau de agravare ale acestora.

➢ **Studiul sensibilității generale**

— prin chestionare și examen general, aparat cu aparat;

— prin examinarea particularităților morfo-tipologice;

— prin studiul caracterului, al modului de viață, al gusturilor și obiceiurilor.

➢ **Terenul cronic**

— antecedente personale;

— antecedente familiale;

— condițiile în care au survenit maladiile: ritmul, frecvența, evoluția lor.

În acest dicționar, pentru fiecare caz sunt descrise situațiile cel mai frecvent întâlnite și soluțiile adoptate în general. E posibil ca medicul vostru homeopat să propună soluții sensibil diferite: să nu uităm că fiecare caz este diferit, iar medicina e o artă care se perfecționează și se hrănește cu diversitatea ei.

Homeopatia respectă diversitatea ființelor: dacă e adevărat pentru pacienți, atunci acest lucru trebuie să fie la fel de valabil și pentru medici.

CONTRACEPȚIE

Nu există „pilulă" homeopatică. Scopul acestei terapeutici este înainte de orice de a stimula răspunsurile naturale ale organismului și nu de al bloca sau de a se substitui lor. În schimb, unele tratamente homeopatice pot să ajute la regularizarea ciclurilor și ovulației, ceea ce e deja un atu foarte important în cazul tuturor metodelor naturale de contracepție (temperatură, Billings).

Pe de altă parte, tratamentele homeopatice pot să ușureze micile incidente legate de contracepție:

— luarea în greutate și umflare mamară: *Folliculinum 15 CH*, 1 doză în a șaptea, a paisprezecea și a douăzeci și una zi a plachetei.

— mici sângerări în timpul ciclului: *Bovista 9 CH* și *Folliculinum 4 CH*, 5 granule din fiecare pe zi, în așteptarea consultării medicului personal pentru adaptarea contracepției.

— sângerare la punerea steriletului: *Arnica 15 CH*, 5 granule pe zi timp de opt zile.

CONTRACȚIE 👁

➢ **În timpul sarcinii**

Trebuie să vă odihniți și să vă anunțați medicul. Între timp, luați: *Actaea racemosa 9 CH*, 5 granule de 1-3 ori pe zi.

➢ **În timpul nașterii**

Vezi NAȘTERE.

➢ **După naștere**

Se ia *Secale cornutum 5 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

CONVALESCENȚĂ

Se ia timp de o lună:

➢ Pentru oboseală fizică

China 9 CH, 5 granule 1-2 ori pe zi.

➢ Pentru oboseală nervoasă

Kalium phosphoricum 9 CH, 5 granule 1-2 ori pe zi.

➢ După un sindrom gripal sau o bronșită

Sulfur iodatum 9 CH, 5 granule pe zi.

➢ După o gripă

Influenzinum 15 CH, 1 doză opt zile după sfârșitul gripei.

Oligo-elemente: cupru-aur-argint, 1 măsură sau 5 granule pe zi.

CONVULSIE 👁

Apariția convulsiei la copil sau la adult trebuie să ducă rapid la consultarea medicului și la un examen neurologic. Convulsiile pot să apară la sugar cu ocazia febrelor puternice (peste 39 de grade Celsius). În acest caz trebuie chemat de urgență medicul, copilul trebuie pus într-o baie la 39 de grade Celsius și răcit progresiv dându-i-se din cinci în cinci minute 5 granule de *Belladonna 9 CH*.

Ulterior, va trebui, la fiecare acces febril, în afara tratamentului împotriva febrei, să se dea preventiv *Belladonna 15 CH* și *Cuprum 15 CH*, 1 doză din fiecare de la apariția febrei.

➢ Nerăbdare:

Nevoia de a mişca picioarele fără încetare: *Cuprum 9 CH* şi *Zincum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

Dacă crampele persistă, trebuie consultat medicul.

CRANIU (traumatism cranian)

În urma unui traumatism cranian, după o examinare completă în cadrul spitalului, se vor lua: *Arnica 15 CH* şi *Natrum sulfuricum 15 CH*, 1 doză din fiecare trei zile la rând.

CRATAEGUS

Origine

Păducelul.

Principalele indicaţii

Palpitaţii, hipertensiune moderată.

CRĂPĂTURĂ

➢ Dacă crăpătura e netă ca o tăietură:

Nitricum acidum 5 CH, 5 granule de 4 ori pe zi, şi se aplică pe leziune alifie cu calendula sau alifie *Cicaderma*.

➢ Dacă crăpăturile sunt numeroase pe degete şi se agravează iarna:

Petroleum 9 CH, 5 granule de 4 ori pe zi, şi se aplică pe leziune alifie *Cicaderma*.

➢ Dacă din crăpătură iese un lichid gălbui:

Graphites 15 CH, 5 granule de 4 ori pe zi, şi se aplică pe leziune alifie cu *Graphites*.

➢ Dacă crăpătura se acoperă cu o coajă:

Mezereum 5 CH, 5 granule de 4 ori pe zi, şi se aplică pe leziune alifie cu *Mezereum*.

➢ Pentru a preveni crăparea sânilor în timpul alăptării:

Se aplică după fiecare alăptat pomadă cu *Castor equi*.

➢ În caz de crăpătură se vor lua:

Graphites 15 CH şi *Nitricum acidum 5 CH*, 5 granule din fiecare de 4 ori pe zi.

CREŞTERE

Orice copil trebuie să fie văzut de medicul de familie sau de pediatru cel puţin o dată pe an. Greutatea şi talia sunt notate în carnetul de sănătate. Orice întârziere sau exces de creştere trebuie să fie evaluate de medic şi să ducă, eventual, la examinări.

Medicul homeopat evaluează şi el creşterea copilului în raport cu constituţia şi terenul său. În toate cazurile, este de dorit să se aplice copiilor în perioada de creştere cure regulate cu *Jenoverine*, 1 măsură dimineaţa şi seara.

➢ Întârziere de creştere:

Baryta carbonica 15 CH şi *Silicea 15 CH*, 1 doză din fiecare pe săptămână, în cură de 3 luni, 1-2 ori pe an.

➢ Creştere prea rapidă:

Calcarea phosphorica 15 CH, 1 doză săptămânal, în cură de trei luni, 1-2 ori pe an.

CROCUS SATIVUS

Origine

Şofranul.

Principalele indicaţii

Menstre hemoragice cu sânge negru.

CROTALUS HORRIDUS

Origine

Şarpele cu clopoţei.

Principalele indicaţii

În cazul eşecului terapiilor clasice aplicate unor hemoragii uterine.

CROTON

Origine

Crotonul (arbore tropical cu seminţe toxice).

Principalele indicații
— diareea sugarului, cu inflamația șezutului;
— herpes genital, cu bășici grupate și prurit intens;
— eczema scrotului, cu prurit intens.

Comparații și asocieri
Rhus toxicodendron: herpes și eczemă.

CRUP

Se numește crup afectarea laringelui de către difterie. Se numește crup fals modificarea vocii și apăsare respiratorie apărute în urma unei laringite acute sau stridulante la copil (*vezi LARINGITĂ ACUTĂ*).

CUI

Senzație de durere localizată ca un cui: *Ignatia*.
De exemplu în caz de migrenă (durere sfredelitoare): *Ignatia 15 CH*, 5 granule, de repetat după două ore dacă e necesar.

CUPEROZĂ

Va fi necesar un tratament de fond. Între timp, să se ia: *Arnica 9 CH* și *Sanguinaria 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

CUPRUM

Origine
Cuprul.

Simptome caracteristice
— crampe;
— convulsii, ticuri ale feței;
— spasme ale bronhiilor;
— apariția și dispariția bruscă a simptomelor;
— ameliorare când se bea apă rece.

Principalele indicații
— crampe ale pulpei piciorului noaptea;

— crize de spasmofilie;
— sughiț;
— colici abdominale;
— accese de tuse;
— criză de astm.

CURĂ TERMALĂ

Curele termale sunt complementare tratamentelor homeopatice, atât pentru problemele rino-faringiene sau pulmonare, precum și pentru cele dermatologice. Compoziția apelor termale (arsenic, sulf, bicarbonat) amintește de altfel de marile medicamente homeopatice de teren alergic sau de infecții cronice. La fel, agravările momentane în timpul curelor sau după ele seamănă cu cele întâlnite cu ocazia tratamentelor homeopatice. De aceea e prudent să consultați medicul homeopat înainte de a pleca să faceți o cură termală, să alegeți stațiunea împreună cu el, în vederea unei complementarități perfecte între cele două tratamente.

CURBATURI

În caz de curbaturi după un efort fizic, se iau *Arnica 15 CH*, 5 granule după efort, și *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de două-trei zile. Cel mai bine e să fii preventiv și să iei *Sportenine*, 1 comprimat de ronțăit de 2-3 ori în timpul efortului.

CURENT DE AER

Sensibilitatea la curentul de aer orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.
— febră acută sau nevralgie după un curent de aer rece: *Aconitum*;
— sensibilitate la frig: *Psorinum*;
— laringită acută: *Hepar sulfur*.

CUTI

Testele tuberculinice sunt practicate frecvent la copii de către medicul familiei sau la școală. Aceste teste sunt în general anodine.

Totuşi, la unii copii apare o degradare a stării generale, care se manifestă printr-o recrudescenţă de rino-faringite sau otite. Se pare că aceşti copii au o sensibilitate mai mare la tuberculină, şi medicul homeopat va aplica un tratament de teren. Mai târziu, la fiecare test tuberculinic, se va putea da copilului o doză de *Tuberculinum 15 CH* şi o doză de *Silicea 15 CH*, de repetat după opt zile.

CUŢIT (teama de) ✢

Sensibilitatea la acest simptom orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Vezi FOARFECE (teama de).

CYCLAMEN ⌛

Origine
Ciclama.

Principalele indicaţii
Migrene oftalmice, în special în momentul menstrelor.

D

DECEPŢIE

— pacientul se simte dezamăgit, frustrat, tratat cu nedreptate: *Staphysagria 15 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar;

— decepţie sentimentală, supărare din dragoste: *Natrum muriaticum 15 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar.

DEGERĂTURI

În perioada de expunere la frig:

— *Apis 15 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara;

— *Agaricus 5 CH* şi *Secale cornutum 5 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

Unele terenuri fiind mai sensibile la degerături şi la tratamentul preventiv, medicul homeopat va prescrie, de cele mai multe ori, *Pulsatilla 15 CH*, 1 doză pe săptămână.

DELIR

— delir în cursul febrei, faţa roşie, plină de sudoare: *Belladonna 9 CH*, 5 granule din oră în oră;

— delir în timpul nopţii, halucinaţii, coşmaruri: *Stramonium 1 CH*, 5 granule la culcare;

— delir cu violență și injurii: *Hyoscyamus 1 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar;

— delir cu locvacitate, alcoolism: *Lachesis 15 CH*, 1 doză.

DENGĂ

Maladie infecțioasă, transmisă de țânțari în țările tropicale. Simptomele amintesc gripa cu dureri violente și erupție de plăci roșii.

— *Oscillococinum*: 1 doză la fiecare opt ore, de 6 ori la rând, de luat timp de trei zile;

— *Eupatorium perfoliatum 9 CH* și *Gelsemium 15 CH*, 5 granule, în alternanță, la fiecare două ore;

— în caz de diaree, se adaugă: *Baptisia tinctoria 9 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi;

— convalescența este deseori foarte lungă și marcată de oboseală: *China 9 CH* și *Kalium phosphoricum 9 CH*, 5 granule din fiecare, de 2 ori pe zi, timp de o lună.

DENUTRIȚIE ◉

Orice denutriție cu slăbire trebuie să ducă la consultarea medicului pentru examinare și analize complete. Tratamentul homeopatic va fi urmat cel puțin două luni cu:

— *Natrum muriaticum 9 CH*, 5 granule pe zi;

— *Silicea 9 CH*, 5 granule pe zi;

— *China 9 CH*, 5 granule pe zi;

— *China 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— săruri minerale: *Ostéocynésine*, 2 comprimate dimineața și seara, sau granule *Rex* sau *Rubia*, 1 linguriță dimineața și seara.

— complemente vitaminice: *Biovitamine*, 1 comprimat dimineața.

DEPRESIE

Acest termen este azi folosit în mod excesiv. Mulți pacienți se plâng că sunt deprimați, deși nu sunt decât anxioși, triști sau nemulțumiți de o problemă familială sau profesională.

Caracteristica depresiei este înainte de orice o imposibilitate de optimizare a viitorului. Această dificultate se sprijină pe o devalorizare a trecutului, care e trăit ca fiind negativ, și a cărui evocare e dureroasă.

Indiferent dacă depresia e reacțională sau melancolică, sau chiar legată de probleme organice, câteva simptome permit determinarea diagnosticului:

— dezinteres față de prezent;

— dezinteres față de mediul inconjurător;

— pierderea speranței pentru viitor;

— ameliorare seara;

— insomnie în pragul zorilor.

Sunt posibile câteva tablouri:

➢ **Depresia este declanșată de un eveniment (depresie reacțională)**

Evenimentul nu e neapărat grav sau violent în absolut, dar intră în rezonanță cu o sensibilitate care e în special afectată de acesta. Experiența marilor medicamente homeopatice și a sensibilității emoționale a persoanelor care sunt sensibile la ele a permis să se repereze situațiile susceptibile să le destabilizeze și să declanșeze anxietate sau depresie.

De exemplu, *Natrum muriaticum* va fi medicamentul cel mai potrivit după o decepție sentimentală, iar *Pulsatilla* după un eveniment care a provocat teama de părăsire. În general, aceste medicamente sunt prescrise cu diluții de 15 sau 30 CH sau în doze progresive (9, apoi 12, apoi 15, apoi 30 CH).

➢ **Depresia e moderată, dar pare că recidivează periodic**

La fiecare ciclu ginecologic, anual în toamnă, anual înainte de vacanță. În aceste cazuri, marile medicamente de fond de sensibilitate și de cronicitate vor fi foarte utile: *Sulfur, Sepia, Lachesis*.

➢ **Depresia e aproape continuă**

Este legată de un teren nevrotic care merită să fie tratat psihoterapeutic și, în cazul acceselor acute, să se administreze tratamente alopatice potrivite. Medicamentele homeopatice permit tratarea terenului, recidivelor — cu medicamente de fond, precum *Sepia, Aurum* sau *Arsenicum album* —, și ajutarea pacientului cu tratamente împotriva anxietății și pentru stabilizarea somnului.

În acest domeniu, ca şi în cel al maladiilor organice, nu trebuie să se piardă din vedere limitele homeopatiei: reversibilitatea simptomelor, posibilităţile reacţionale ale pacientului, existenţa unui medicament având posibilitatea de a trata o astfel de suferinţă.

Este, de exemplu, evident că tratamentul homeopatic nu poate modifica structura psihică a unui individ şi că terenurile nevrotice vor trebui să recurgă la psihoterapie.

Tot aşa, în unele cazuri, posibilităţile reacţionale sunt foarte slabe sau, dimpotrivă, stimularea lor ar putea să provoace o dezinhibiţie prea violentă (cu risc de sinucidere); se impune un tratament potrivit şi chiar o spitalizare. În schimb, cele mai multe depresii reacţionale pot fi abordate în prima fază de homeopatie. Cu o bună susţinere psihologică şi o supraveghere regulată, tratamentul homeopatic singur sau asociat cu un tratament alopatic permite o reluare rapidă a activităţii şi un confort fizic şi psihologic excelent. Tratamentul de fond va fi urmat multă vreme pentru evitarea recidivelor. Acest tratament va fi foarte apreciabil şi în timpul psihoterapiei, căci acţiunea lui asupra sensibilităţii emoţionale facilitează în mare măsură ameliorarea stării pacientului.

DERMATITĂ

Urtica urens 5 CH şi *Cantharis 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, la fiecare oră.

DESCUAMARE

— descuamarea e fină, ca făina, dând pielii un aspect albicios: *Arsenicum album 9 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara;

— descuamarea e în centrul pecinginei: *Berberis 5 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi;

— descuamarea se face prin fâşii mari, lăsând dedesubt o piele roşie: *Natrum sulfuricum 9 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara.

Vezi ECZEMA.

Vezi DILUŢIE.

DESENSIBILIZARE

În cursul unei desensibilizări alergice clasice, roşelile sau edemele pot fi întâmpinate luând în mod preventiv şi curativ: *Apis 15 CH* şi *Poumon histamine 15 CH*, 5 granule din fiecare, cu o oră înainte şi imediat după injecţie.

Unele medicamente homeopatice pot fi fabricate pe bază de alergeni (polen, praf, de exemplu): se numesc izopatice. Ele sunt în general folosite în diluţii mari (5 granule de mai multe ori pe săptămână), fie preventiv, fie în momentul crizelor.

Deseori se compară folosirea medicamentelor izopatice cu desensibilizarea clasică a medicamentelor alergologice. Este adevărat că principiul este acelaşi, dar, în realitate, o deosebire de fond constituie diferenţa dintre concepţia homeopatică şi cea alopatică. Desensibilizările clasice se fac în doze progresive, adică se încearcă obişnuirea organismului, puţin câte puţin, cu cantităţi din ce în ce mai mari de alergen. Folosirea medicamentelor izopatice în homeopatie se face în diluţie crescătoare, adică, treptat, organismul învaţă să răspundă unei stimulări din ce în ce mai fine.

Schematizând, se poate spune că, într-un caz (alopatie), organismul este obişnuit progresiv să nu mai răspundă; în celălalt (homeopatie), este învăţat să răspundă într-un mod din ce în ce mai bine adaptat. În timp ce alopatia se substituie deseori reacţiilor organismului sau încearcă să le înăbuşe, homeopatia, dimpotrivă, acordă înainte de orice încredere şi respectă posibilităţile reacţionale ale organismului. Alergia este poate exemplul cel mai probant pentru explicarea acestei diferenţe.

DESHIDRATARE ◉

Orice sugar care are diaree acută trebuie să fie văzut repede de medic ca să evalueze riscurile de deshidratare, să trateze cauzele şi să ia eventualele măsuri de rehidratare (*vezi DIAREE*).

În toate cazurile, în afara cauzelor deshidratării, va trebui să se trateze şi consecinţele (oboseală şi slăbire): *China 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, timp de opt zile.

DEZBRĂCARE ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Vezi ECZEMĂ, URTICARIE.

➢ **Mâncărimi la dezbrăcat**
Lycopodium 9 CH, 5 granule pe zi.

➢ **Subiectul se dezbracă, își arată goliciunea cu vorbe obscene sau delirante**
Hyoscyamus 15 CH, 1 doză.
Vezi COMPORTAMENTUL COPILULUI.

DEZVELIT ✧

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.
— pacientul se dezvelește în timpul febrei, în ciuda frisoanelor: *Aconitum 9 CH*, 5 granule oră de oră;
— pacientul se dezvelește în pat, își dezvelește mai ales picioarele: *Sulfur*.

DIABET

Descoperirea diabetului trebuie să ducă la analize complete și la un tratament potrivit. Tratamentul homeopatic va fi un complement al tratamentelor clasice, îndeosebi când e vorba de diabetul gras. Tratamentele de fond prescrise de medicul homeopat vor permite echilibrarea tratamentului autodiabetic și ameliorarea unor efecte secundare. Regimul alimentar constituie una dintre cheile tratamentului și tratamentul homeopatic va ajuta la menținerea lui.
Vezi GREUTATE.

DIAREE

Întrebările
Care e aspectul diareei (apoasă, galbenă, cu sânge)?
Există dureri?
Există vomă?
Există modificări ale stării generale (febră, descurajare, deshidratare)?

Ce trebuie făcut
Să se ia oră de oră, sau în ritmul scaunelor, în 9 CH, 5 granule din medicamentul indicat, rărindu-se luarea dozelor în funcție de ameliorare.

Medicul trebuie consultat dacă:
— diareea persistă după patruzeci și opt de ore;
— febra persistă după patruzeci și opt de ore;
— scaunul e cu sânge;
— durerile sunt foarte violente.

DIAREE: fără febră și fără vomă

PODOPHYLLUM
Diaree galbenă și jet cu spasme.

CHINA
Diaree fără durere cu multe gaze.
✧ ***Experiența mea:***
Medicamentul verii, diaree provocată de fructe și înghețată.

ANTIMONIUM CRUDUM
Scaun jumătate solid, jumătate lichid, cu eructații.
✧ ***Experiența mea:***
Medicamentul mâncăilor care s-au ghiftuit.

DIAREE: fără febră, fără vomă, cu colită

MAGNESIA PHOSPHORICA/COLOCYNTHIS
Diaree apoasă. În ambele cazuri se manifestă dureri cu colici, cu nevoia de a te îndoi de mijloc sau a te ghemui.
✧ ***Experiența mea:***
Cele două medicamente sunt luate în alternanță, oră de oră.

ALOE
Diaree intempestivă, cu insecuritate sfincteriană.
✧ ***Experiența mea:***
Uneori e vorba de hemoroizi.

DIAREE: cu febră și alterarea stării generale

ARSENICUM ALBUM
Diaree cu febră, apoasă, vomă, frisoane și anxietate.
✧ ***Experiența mea:***
Indispensabil în cazul intoxicațiilor alimentare și în majoritatea gastro-enteritelor virale.

VERATRUM ALBUM
Diaree, vomă, sudori reci, stare rea.

MERCURIUS CORROSIVUS
Febră, dureri şi senzaţia de a merge mereu la toaletă. Scaunul poate să fie cu sânge.

✧ *Experienţa mea:*
E o diaree infecţioasă; poate fi vorba de salmonele. Trebuie imediat consultat medicul.

Valentin, în vârstă de şase ani, în timpul vacanţei, se plânge de dureri de stomac şi de diaree: un scaun lichid, galben, din două în două ore. Nu are febră şi se simte foarte bine în ciuda diareei.

➢ CHINA 9 CH şi PODOPHYLLUM 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din două în două ore.

Diarea trebuie să se oprească în douăzeci şi patru de ore.

Pierre, în vârstă de 35 de ani, călătorind în Tunisia, se plânge brusc de diaree urât mirositoare şi de vomă; se simte obosit, înfrigurat şi anxios.

➢ ARSENICUM ALBUM 15 CH, 1 doză de la primele simptome, de repetat după şase ore.

➢ NUX VOMICA 9 CH şi PODOPHYLLUM 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

Karine, în vârstă de 9 ani, are o gastro-enterită acută, scaun cam moale, dureri de stomac şi stări de vomă permanente, care nu-i uşurează starea de greaţă. Indiferent ce mănâncă sau bea, cât de puţin, vomită din nou.

➢ IPECA 9 CH şi CHINA 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

DIAREEA SUGARULUI

Ce trebuie făcut
Se dau oră de oră sau în ritmul scaunelor, în 9 CH, 5 granule din medicamentul indicat, rărindu-l în funcţie de ameliorare.

➢ Scaun verde, mucos:
Magnesia carbonica 9 CH, 5 granul‹ei ori pe zi.

➢ Scaun acid, care provoacă o arsur‹elor:
Rheum 9 CH, 5 granule de 3 ori pe z

➢ În cursul apariţiei dinţilor:
Chamomilla 9 CH şi *Podophyllum 9* granule, în alternanţă, de 3 ori pe zi.

În toate cazurile, laptele trebuie înlocu‹ubstitute antidiareice, să se dea suficient de băut şi să se suprav‹ greutatea copilului. Dacă diareea nu e oprită în douăzeci ş‹i de ore, se impune consultarea medicului. Diareea la copil e‹eori simptomul care indică o otită.

DIATEZĂ

Ce este o diateză?
Prin definiţie, noţiunea de diateză ‹nnă dispoziţia unei persoane de a fi afectată de o maladie sau ‹ansamblu de maladii — simultan sau succesiv — presupuse de şi origine. Indiferent de definiţie, întâlnim totdeauna această n‹ de predispoziţie.

Astfel, Hahnemann distingea la ori‹ terenurilor cronice „miasma" celor trei maladii: râia, sifilisu‹ blenoragia. Elevii lui i-au dezvoltat ipoteza şi au descris trei, ap‹u diateze (adăugând tuberculismul), care au constituit cheia ‹ltă a doctrinei şi a practicii homeopatiei franceze până în zil‹astre.

Care este această doctrină?
Această doctrină, dezvoltată şi răspâ‹de Léon Vannier, se poate rezuma astfel:

— diatezele sau terenurile cronice se ‹ează unei intoxicaţii dobândite sau ereditare; acestea sunt în nu‹ patru: sifilisul, râia, blenoragia şi tuberculoza.

— Această intoxicaţie înnăscută sau ‹ndită este favorizată de constituţia noastră; astfel, constituţia ‹rică* predispune la tuberculism, constituţia fluorică la diateza ‹ică, cea carbonică la râie, blenoragia (sicoza) putându-se adăug‹ărui teren;

— maladiile cronice sau repetitive ‹esc impregnarea cu această toxină sau efortul organismului ca ‹ debaraseze de ea;

— bolnavul nu poate fi vindecat decât dacă acesta e debarasat definitiv de această toxină;

— nosodele (medicamentele fabricate pe baza agentului cauzator) sunt ultima etapă a tratamentului.

Care e implicația în practica terapeutică?

Practica susținută de școala franceză este legată de câteva reguli stricte:

— drenajul* prealabil, care constă, cu ajutorul unor medicamente în diluție ușoară, în favorizarea eliminării toxinelor la nivelul porților de ieșire: pielea, rinichii, ficatul și plămânii;

— utilizarea unor medicamente de constituție (săruri minerale), care tratează predispoziția constituțională a bolnavului și îl pregătește pentru tratarea cauzei;

— în ultimul rând, când bolnavul este pregătit prin tratamentele precedente, folosirea nosodelor în mod prudent.

Cum stau lucrurile astăzi?

Astăzi nu se mai poate adera orbește la această doctrină, ținând cont de progresul cunoștințelor medicale. Homeopatia pluralistă actuală vorbește mai curând de mod reacțional cronic*, dar nu mai leagă aceste moduri reacționale exclusiv de cauze toxice. Cunoștințele homeopatice și teoria homeopatică progresează în etape, iar practica cotidiană integrează lecțiile etapelor precedente. Astfel, ipoteza lui Hahnemann este falsă în descrierea cauzelor, dar adevărată în aceea a tablourilor evolutive cronice; iar cunoștințele terapeutice sunt de o mare valoare pentru mânuirea medicamentelor, utilizarea drenorilor și comparația cu medicamente constituționale și nosode.

DIGITOPULPITĂ

Leziuni fisurate ale vârfului degetului, care apar, în principal, iarna sau în contact cu frigul.

Petroleum 9 CH, 5 granule, înainte de cele două mese.

DILUȚIE

Ce este o diluție homeopatică?

Pentru a fabrica un medicament homeopatic, trebuie să faci mai întâi o tinctură-mamă: extragerea în alcool a principiilor active. O

parte este diluată în 99 părți de alcool pentru a se obține o diluție la sutime, apoi această soluție la sutime este agitată puternic (se spune dinamizare): se obține atunci o primă centezimală hahnemanniană, notată 1 CH. Pornind de la această primă centezimală, se repetă aceeași operațiune: o parte pentru 99 de părți de alcool, apoi dinamizare pentru a se obține a doua centezimală: 2 CH. Aceeași operațiune se poate repeta până la a treizecea centezimală.

Unele medicamente sunt notate cu DH

Este vorba de o diluție la zecime și, la fiecare operațiune, există o fază de dinamizare exact ca la centezimale. O a doua decimală (2 DH) este deci diluată la o sutime ca o 1 CH, dar ea a fost dinamizată de două ori. În practică, diluțiile la zecime sunt utilizate mai ales pentru o acțiune organică apropiată de utilizarea în fizioterapie.

Cum se procedează cu produsele care nu sunt solubile în alcool, metalele de exemplu?

Aceste produse sunt mai întâi triturate cu lactoză, o parte pentru 99 de părți, apoi, de la a treia triturare, lactoza este diluată și ea în alcool.

Din cauza prea multor diluări, vine un moment când nu mai există nici o moleculă...

Teoretic, când diluăm la sutime, deconcentrarea se face destul de rapid. Supradotații în matematică pot să calculeze că la a cincea CH ne aflăm la o deconcentrare de 10 la minus 10, că la 12 CH s-a ajuns la o deconcentrare de 12 la minus 24 și că la 30 CH se ajunge la 10 la minus 60. Cei pricepuți la chimie își amintesc că numărul lui Avogadro (celebrul chimist italian), care permite să se calculeze numărul de molecule prezente într-un gram, este 6.023 x 10 la minus 23. Asta înseamnă că între a unsprezecea și a douăsprezecea centezimală probabilitatea de a mai exista încă o moleculă în solvent devine nulă. Cercetarea fundamentală arată, pe de o parte, că diluțiile mari au o acțiune și că, pe de altă parte, aceasta este independentă de prezența sau nu a unor molecule.

Vezi DINAMIZARE.

DINAMIZARE

Hahnemann şi-a dat seama de necesitatea „dinamizării" medicamentului său, adică conferirea unei forţe mai mari. El a preconizat în acest scop agitarea puternică a soluţiei lovind-o de o sută de ori de o carte îmbrăcată în piele! Azi, bineînţeles, laboratoarele dispun de aparate automate care produc mai multe sute de scuturături în câteva secunde şi asigură o reproductibilitate perfectă a operaţiunii (*vezi DILUŢIE*).

DINTE

Pentru problemele dentare ale adultului sau ale copilului, trebuie sistematic să se consulte imediat medicul.

➤ Puseu dentar al sugarului

— *Belladonna 9 CH* şi *Arnica 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, de 4 ori pe zi, sau o poţiune cu 10 granule din fiecare de amestecat într-un biberon de 80 cl şi de dat sugarului să bea din oră în oră;

— dacă durerile provoacă furie, diaree: *Chamomilla 15 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— dacă acest puseu provoacă afte, se adaugă: *Borax 5 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi;

— în caz de întârziere a dentiţiei: *Silicea 15 CH*, 1 doză pe săptămână, şi *Jenoverine*, 1 linguriţă dimineaţa şi seara, timp de două luni.

➤ Nevralgii dentare

— dureri electrice, foarte puternice: *Hypericum 15 CH*, 5 granule din două în două ore;

— dureri „fierbinţi", care se calmează la cald: *Arsenicum album 9 CH*, 5 granule la fiecare două ore. Să se consulte dentistul.

➤ Chisturi

Hepar sulfur 15 CH, 1 doză la fiecare douăsprezece ore, de 3 ori, şi *Pyrogenium 9 CH*, 5 granule cu o jumătate de oră înainte de fiecare doză de *Hepar sulfur*. Consultaţi rapid dentistul.

➤ Artrită dentară, desosare dentară

Aurum 9 CH, 5 granule dimineaţa şi seara, timp de minimum o lună.

➤ Pioree dentară

Mercurius solubilis 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi, şi băi de gură cu 15 picături într-un pahar cu apă din preparatul următor:

— *Calendula MT*,

— *Phytolacca TM*,

sau *Phytogargarisme*, înainte de consultarea dentistului.

DIOSCOREA

Origine

Ignama sălbatică.

Principalele indicaţii

— dureri violente de colite sau nevralgii ameliorate când se stă în picioare;

— colici ale sugarului;

— colită;

— sciatică.

Comparaţii şi asocieri

Colocynthis: durerea este ameliorată când te îndoi de la mijloc.

DIPHTEROTOXINUM

Origine

Serul antidifteric.

Principalele indicaţii

Anghine sau laringite repetate.

DIPLOPIE

Impresia că vezi dublu trebuie să ducă imediat la consultarea medicului oftalmolog. Uneori această impresie poate să apară în cursul unei migrene: *Gelsemium 9 CH*, 5 granule de la primele simptome.

Vezi DURERI DE CAP.

DISHIDROZĂ

Erupție de bășici pe mâini sau pe picioare, determinată de o reacție alergică sau o micoză.

— vezicule și bășici mici: *Anagallis 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— pielea cade în fâșii mari: *Natrum sulfuricum 15 CH*, 5 granule pe zi.

Un tratament de fond va fi necesar pentru prevenirea recidivelor.

DISPAREUNIE

Dureri genitale la femeie provocate de raporturile sexuale. O vizită la ginecolog este necesară pentru control și depistarea unei infecții vaginale ce trebuie tratată.

În absența unei infecții, sau în completarea tratamentului acesteia:

— dureri și absența dorinței: *Sepia 15 CH*, 5 granule zilnic, timp de cincisprezece zile;

— dureri cu mâncărimi sau iritație locală: *Staphysagria 15 CH*, 5 granule zilnic, timp de cincisprezece zile.

DISPEPSIE

Multe persoane se plâng de o proastă digerare. Anglo-saxonii își acuză *a priori* stomacul; francezii aduc în discuție cel mai des ficatul. Cel mai frecvent sunt invocate senzația de greutate, digestie lentă, aciditate, durere de ficat, greață.

Examenele radiologice și analizele sunt în general „în limitele normalului” și numai o „veziculă puțin cam lentă”, un exces de colesterol sau de gamma GT doar cu puțin mai ridicate întrețin ideea

unei proaste funcționări organice și justifică luarea multor medicamente, nu totdeauna eficace și anodine.

În practică, soluția cea bună constă în reguli igienico-dietetice corecte și într-un bun tratament homeopatic, pentru a echilibra reacțiile unui organism supus unor stresuri numeroase și variate. Cele mai multe probleme de stomac (aciditate, reflux) se rezolvă foarte rapid cu ajutorul homeopatiei. În schimb, persistența unei dureri care revine la ore fixe și se calmează prin alimentație ne duce cu gândul la un ulcer sau o hernie hiatală, cu inflamația esofagului; se impune o fibroscopie. Pentru aceste două cazuri, tratamentul alopatic (foarte eficace) permite o cicatrizare rapidă, ajutat de cel homeopatic care, tratând terenul digestiv și emotiv, previne recidivele.

Pentru dificultățile hepatice, pot fi utilizate multe medicamente de origine vegetală, cu acțiune asupra căilor biliare. În practică, medicamentele compuse își dovedesc în această privință toată utilitatea. De exemplu, *Chelidonium compus* (15 picături înainte de fiecare masă principală) este remarcabil de eficace asupra durerilor hepato-veziculare, însoțite de senzația de greutate după mese și scaune de culoare aproape galbenă. Este complementul ideal al medicamentelor de fond, precum *Lycopodium* sau *Sepia*.

DISTRACȚIE

Ameliorarea prin distracție, amuzament, gândindu-te la altceva: *Ignatia 15 CH*, 5 granule.

DIURETIC

Nu există medicament homeopatic diuretic propriu-zis, dar câteva medicamente favorizează eliminarea urinei. Câteva dintre acestea sunt grupate în preparate sau specialități care pot fi utilizate în prevenirea infecțiilor sau a calculilor renali: *Pareira brava compusă*, 15 picături de două ori pe zi.

DIVERTICULOZĂ

Tratamentul de fond care vizează regularizarea tranzitului și funcționarea intestinală va fi baza tratamentului homeopatic (*Vezi*

COLOPATIE). În plan simptomatic, unele medicamente pot fi folosite în momentul crizelor:

— *Pyrogenium 9 CH*, 5 granule dimineața și seara;

— *Ser anticolibacilar 3 DH*, 1 fiolă de 3 ori pe zi;

— *Magnesia phosphorica 5 CH* și *Colocynthis 5 CH*, 5 granule, în alternanță, la fiecare oră.

DOLICHOCOLON

Colon prea lung. Această afecțiune provoacă deseori o constipație, cu scaun uscat și tare. Trebuie să se bea suficient lichid (minimum 1,5 l pe zi) și să se ia *Bryonia 15 CH*, granule, zilnic.

Orice constipație rebelă trebuie să ducă la consultarea medicului.

DOP DE CEARĂ

Formarea unor substanțe grase în canalul auditiv: *Lycopodium 9 CH*, 5 granule pe zi. Dopurile trebuie să fie scoase de medic. În nici un caz nu trebuie să încercăm să le scoatem singuri, mai ales cu un instrument ascuțit.

DOPAJ

Medicamentele homeopatice sunt astăzi foarte bine folosite de sportivi, mai întâi pentru eficacitatea lor (*vezi SPORT*), dar și pentru absența toxicității. Acțiunea lor asupra mușchiului, recuperarea, tracul îndeosebi, fără riscul de dopaj, sunt bine cunoscute. Acestor posibilități se adaugă tratamentul diferitelor maladii acute benigne (guturai, gripă, tuse, gastro-enterită), pentru care multe tratamente alopatice sunt considerate dopante. Homeopatia, eficace, netoxică și lipsită de riscuri, constituie o terapeutică perfect adaptată sportivilor.

DORINȚĂ ALIMENTARĂ +

Dorințele alimentare ca și aversiunile constituie semne foarte importante în homeopatie. Ele fac parte din caracteristicile reacționale ale unui individ și contribuie, în completarea tuturor simptomelor, la definirea tipului sensibil al fiecărui bolnav.

— aciditate: *Sepia*;

— alcool: *Lachesis, Sulfur*;

— alimente calde: *Lycopodium*;

— alimente condimentate: *Natrum muriaticum, Nux vomica*;

— alimente reci: *Phosphorus*;

— alimente afumate: *Calcarea phosphorica*;

— alimente indigeste: *Calcarea carbonica*;

— alimente sărate: *Natrum muriaticum*;

— bere: *Kalium bichromicum*;

— băuturi calde: *Arsenicum album, Lycopodium*;

— băuturi reci: *Phosphorus, Bryonia*;

— fructe: *Phosphoricum acidum*;

— înghețată: *Veratrum album*;

— stridii: *Lachesis*;

— lapte: *Abrotanum*;

— pește: *Natrum muriaticum*;

— dulciuri: *Argentum nitricum, Lycopodium*;

— carne: *Allium sativum*.

DOZĂ

Doza globală conține în jur de 200 mici globule impregnate. Acțiunea ei este mai rapidă, mai clară. Se folosește de preferință sub formă de granule în unele împrejurări:

— când analiza cazului clinic duce la prescrierea unei singure doze dintr-un singur medicament, de exemplu *Oscillococcinum*, la un început de gripă, sau *Natrum sulfuricum 15 CH*, în urma unui traumatism cranian. Doza poate să fie repetată de mai multe ori la un interval de opt sau douăzeci și patru de ore;

— în prescrierea tratamentelor de fond, de exemplu *Thuya 15 CH*, 1 doză pe săptămână;

— ca tratament de atac: *Sulfur 9 CH* la începutul unei gripe.

DRENAJ

Ce este un drenaj sau un medicament drenor?

Este un mijloc terapeutic preconizat de doctorul A. Nebel și de Léon Vannier pentru a favoriza eliminarea toxinelor. Această noțiune

de drenaj nu putea fi disociată de noţiunea de diateză*, care sugera că maladiile cronice se datorau unor intoxicaţii cronice dobândite sau ereditare. Medicamentele de drenaj au drept scop favorizarea eliminării organice a toxinelor. Ele acţionează asupra organelor de eliminare (ficat, plămâni, rinichi, piele) pentru facilitarea acţiunii medicamentelor de fond. Aceste medicamente se mai numesc şi catalizatori.

Câteva exemple

Acţiunea tuberculinelor, în concepţia clasică, trebuia să fie pregătită de *Sulfur iodatum*, drenor al pielii, sau de *Solidago*, drenor hepato-renal; la fel, acţiunea lui *Sulfur* trebuia să fie pregătită de *Nux vomica*, drenor digestiv, şi *Berberis*, drenor al pielii şi rinichilor. Aceste medicamente sunt în general folosite în diluţii mici, ceea ce le conferă o acţiune esenţialmente organică. Medicamentele complementare şi antidoturile au drept scop să evite sau să corecteze agravările legate de anumite medicamente cu acţiune prea brutală. De exemplu *China*: antidot *Lycopodium*; *Carduus marianus*: antidot *Sepia*.

Se mai folosesc drenorii astăzi?

Noţiunea propriu-zisă de drenaj a dispărut azi, ca şi cea de diateză. În schimb, aceste medicamente sunt mai departe foarte preţioase, iar noţiunile de complementaritate şi de antidot se menţin, ca şi înţelepciunea înaintaşilor noştri care tratau mai întâi organele înainte de a trata reacţiile generale legate de sensibilitate şi de teren.

Această noţiune de drenaj se mai întâlneşte în cazul medicamentelor compuse şi în specialităţile homeopatice, care grupează cel mai frecvent mai multe medicamente la o diluţie joasă, active asupra aceluiaşi ţesut sau aceleiaşi funcţii.

DROSERA

Origine

Roua-cerului are particularitatea de a fi o plantă carnivoră care se poate hrăni cu insecte. Consumul de *Drosera* de către oaie poate să provoace o tuse asfixiantă. Unele crize de astm sau de traheită indică acelaşi tablou clinic la om, şi *Drosera* homeopatică este un medicament foarte activ. Experimentarea arată şi o acţiune asupra ganglionilor şi a articulaţiilor.

Simptome caracteristice

— tuse sufocantă spasmodică;
— ganglioni;
— dureri articulare.

Principalele indicaţii

— crize nocturne de astm, cu accese de tuse;
— traheite cu tuse spasmodică, declanşată de o gâdilare a laringelui, îndeosebi noaptea, apărând ca urmare a unei gripe sau a unei bronşite;
— tuse convulsivă;
— ganglioni mici şi tari la copiii cu rino-faringite repetate.

Comparaţii şi asocieri

Cuprum: tuse spasmodică, crize de astm.
Baryta iodata: ganglioni tari.

De avut în casă

Drosera 15 CH, 1 doză.

DUHRING-BROCK

Afecţiune a pielii care provoacă dermatoză cu băşici. Ca o completare a tratamentelor clasice, medicamentele homeopatice pot fi foarte utile asupra simptomului:
Cantharis 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi, în momentul crizelor.

DULCAMARA

Origine

Lăsniciorul. Acţiunea medicamentului homeopatic este foarte diversă.

Simptome caracteristice

— scurgere cronică a mucoaselor;
— hipertrofie ganglionară;
— dureri reumatismale;
— agravarea tuturor simptomelor la umiditate;
— veruci.

Principalele indicații

— rino-faringită survenind pe timp umed, cu senzația de nas înfundat;

— scurgere retronazală cronică;

— ganglioni care apar brusc pe timp umed;

— reumatism pe timp umed;

— astm pe timp umed.

Comparații și asocieri

Thuya: agravare sau declanșare pe timp umed.

DURERE

Durerile sunt motive frecvente de consultare a medicului, cu atât mai mult cu cât sunt un simptom de alarmă care necesită examen clinic și analize. Multe medicamente homeopatice pot să aibă acțiuni foarte rapide asupra durerii. Alegerea medicamentelor potrivite e legată totdeauna de o chestionare minuțioasă:

— localizarea precisă a durerii (de exemplu, în cazul durerii de cap, medicamentul va fi diferit după cum aceasta se manifestă la nivelul ochiului, frunții sau cefei);

— caracterul durerii: zvâcnitoare, ca o arsură, constrictivă, înțepătoare, spasmodică;

— condițiile în care survine, dispare, se ameliorează sau se agravează: la cald, la rece, în cutare sau cutare poziție, orele, ritmul, condițiile climatice;

— semnele care o însoțesc: modificări ale dispoziției, sete, agitație.

Pentru fiecare patologie, veți găsi în acest dicționar principalele medicamente. Iată câteva dintre cele mai des citate:

Apis: durere înțepătoare calmată la frig.

Arsenicum album: durere calmată la cald, însoțită de anxietate.

Bryonia: durere foarte puternică ameliorată la imobilitate și apăsare.

Chamomilla: durere insuportabilă ameliorată de legănat, sau provocând iritabilitate.

Colocynthis: durere spasmodică ameliorată în poziție ghemuită.

Hypericum: durere electrică pe traseul unui nerv.

Rhus toxicodendron: durere articulară ameliorată de mișcare și căldură.

Veratrum album: durere violentă însoțită de stare rea vagală.

Vezi HIPERSTEZIE.

DURERE DE BURTĂ

Nicolas este în clasa a VI-a. El se plânge deseori dimineața, mai ales înaintea lucrărilor de control, de dureri de burtă, imediat ce se trezește.

Trebuie să se dea:

➤ GELSEMIUM 15 CH, 5 granule, în ajunul lucrărilor de control și în aceea dimineață.

➤ COLOCYNTHUS 9 CH și MAGNESIA PHOSPHORICA 9 CH, 5 granule, în alternanță, din patru în patru ore, de la apariția durerilor, rărindu-se în funcție de ameliorare.

DURERE INTERMITENTĂ

Durere care apare și dispare brusc: *Ignatia 15 CH*, 5 granule la fiecare reapariție a durerii.

DURERI DE CAP

Întrebările

Unde e situată durerea (la dreapta, la stânga, la frunte, la tâmple, la ceafă, în creștetul capului)?

Care e traseul durerii (din față în spate sau invers, dintr-o parte în alta)?

Care e caracterul durerii (ca o zvâcnire, ca o arsură, ca o cerc care strânge, ca o explozie, ca o fulgerare, ca un cui sau un sfredel)?

La ce oră se declanșează criza?

Care sunt condițiile de ameliorare sau de agravare a crizei (culcat sau în picioare, mișcare sau nemișcare, alimentație, frig, cald)?

În ce împrejurări se declanșează criza (în timpul menstrelor, din cauza unor alimente sau excese alimentare, supărării, emoțiilor)?

Ce alte simptome însoțesc criza (greață, vomă, aciditate, tulburări vizuale)?

Care e comportamentul în timpul crizei (stare de descurajare, hipersensibilitate, agitație)?

Ce trebuie făcut

Dacă durerile de cap sunt frecvente, se ia în mod continuu timp de trei luni, zilnic, medicamentul indicat în 9 CH, 5 granule zilnic.

Dacă durerile de cap sunt previzibile (vezi mai jos), înainte de menstre, după unele excese sau o intoleranță digestivă de exemplu, se ia în mod preventiv medicamentul indicat în 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi, cu trei zile înainte.

În momentul crizelor, se iau la fiecare jumătate de oră la început, apoi rărind, în funcție de ameliorare, 5 granule în 9 CH din medicamentul indicat.

Medicul trebuie consultat dacă

— durerea de cap e durabilă sau neobișnuită;

— durerea de cap e congestivă, pulsând în urechi, sau cu zbârnâituri în urechi (trebuie verificată tensiunea);

— apare febra sau voma;

— dacă apar tulburări vizuale.

DURERI DE CAP: în urma unei probleme alimentare

NUX VOMICA

Cefalee frontală la trezire, indigestie după mese copioase sau exces de alcool.

✧ ***Experiența mea:***

Mahmureala.

LYCOPODIUM

Cefalee difuză sau migrenă, în partea dreaptă, după unele alimente (ceapă, stridii).

✧ ***Experiența mea:***

Chiar dacă acest hepatic meticulos sare peste o masă.

PULSATILLA

Cefalee frontală în urma unei mese cu prea multe grăsimi; simptomele sunt variabile.

✧ ***Experiența mea:***

Această mare emotivitate este ameliorată la aer curat și prin consolare.

Jean-Pierre, în vârstă de 47 de ani, când servește o cină prea copioasă sau cu prea mult alcool, se trezește a doua zi dimineață cu o ceflaee frontală, ameliorată când se scoală.

➢ NUX VOMICA 9 CH, 5 granule, seara la culcare și la trezire.

DURERI DE CAP: cu greață și vomă

IRIS VERSICOLOR

Migrena clasică, într-o parte, cu greață și vomă.

✧ ***Experiența mea:***

Migrena este precedată deseori de tulburări vizuale.

SANGUINARIA

Migrenă cu congestionarea feței și aciditate gastrică.

✧ ***Experiența mea:***

Durerea radiază în general de la ceafă spre ochiul drept.

KALIUM BICHROMICUM

Durere frontală cu vomă foarte acidă.

✧ ***Experiența mea***

Marele medicament al sinuzitelor frontale.

Elisabeth, suferă de migrenă, în mod regulat, când se supără sau în urma unor alimente prost suportate, are dureri violente, îndeosebi în partea dreaptă, cu greață și vomă acidă.

➢ LYCOPODIUM 9 CH, 5 granule dimineața, ca tratament de fond.

➢ IRIS VERSICOLOR 9 CH și SANGUINARIA 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

DURERI DE CAP: cu tulburări vizuale

GELSEMIUM

Impresie de greutate pe cap și ceafă, cu stare de abrutizare și vedere împăienjenită sau dublă.

✧ *Experiența mea:*
Deseori din cauza tracului.

IRIS VERSICOLOR
Deasupra ochilor.
✧ *Experiența mea:*
Migrenă periodică (de exemplu, în fiecare duminică).

CYCLAMEN
Musculițe în fața ochilor, zigzaguri, fulgere sau amețeli precedând migrena.
✧ *Experiența mea:*
Marele medicament al migrenei oftalmice dinaintea menstrelor.

La fiecare ciclu, **Lydia, în vârstă de 40 de ani**, suferă de migrenă oftalmică în momentul menstruației.

➤ CYCLAMEN 30 CH, 1 doză pe săptămână sau 1 doză de două-trei ori pe zi înainte de sfârșitul ciclului, de repetat imediat ce începe menstruația.

DURERI DE CAP: în urma unor oboseli oculare

ARNICA
Medicamentul tuturor oboselilor musculare.

RUTA
Specifică micilor mușchi oculari.
✧ *Experiența mea:*
Aceste două medicamente sunt foarte utile dacă se iau în mod preventiv, cu ocazia ședințelor de reeducare ortoptică sau în urma unei activități în fața ecranului.

PHYSOSTIGMA
Dureri frontale agravate de eforturi vizuale sau cerebrale.
✧ *Experiența mea:*
Util în tulburările de acomodare.

DURERI DE CAP: cu congestia feței

BELLADONNA
Roșeață congestivă, cu dureri zvâcnitoare și sudoare.

SANGUINARIA
Roșeață congestivă, uneori a unei singure părți, și fără sudoare.

GLONOINUM
Congestie intensă cu zvâcnituri violente în artere.
✧ *Experiența mea:*
În toate cazurile, trebuie să se verifice tensiunea arterială.

DURERI DE CAP: ca o nevralgie

SPIGELIA
Nevralgie a feței, agravată la cea mai mică zdruncinătură, durerea iradiind spre pielea capului.
✧ *Experiența mea:*
Mai ales în partea stângă.

CEDRON
Nevralgie facială centrată asupra ochiului.
✧ *Experiența mea:*
Nevralgia revine periodic, exact la aceeași oră.

PRUNUS
Senzație de explozie a ochiului, impresie că ochiul e proiectat în afară.
✧ *Experiența mea:*
Trebuie consultat medicul oftalmolog (posibil glaucom).

DURERI DE CAP: cu probleme de vertebre cervicale

RHUS TOXICODENDRON
Înțepenire a cefei, cu nevralgii; durerile sunt agravate de nemișcare; noaptea, nevoie de masare și încălzire.
✧ *Experiența mea:*
Marele medicament al artrozei cervicale.

ACTAEA RACEMOSA
Înțepenire dureroasă și contractare a mușchilor gâtului; vertebrele sunt sensibile la atins.

✧ ***Experiența mea:***
Marele medicament al durerilor cervicale sau torticolis în momentul menstrelor.

PARIS QUADRIFOLIA
Torticolis cu durere care coboară spre umăr și în spatele ochiului.
✧ ***Experiența mea:***
Deseori complementar lui *Lachesis*, cu aceeași durere oculară.

DURERI DE CAP: în momentul menstrelor

LACHESIS
Congestie a capului, impresia de bufee de căldură înainte de menstre.
✧ ***Experiența mea:***
Toate simptomele sunt ameliorate de menstre.

SEPIA
Migrenă cu tulburări digestive, înainte de menstre, cu senzația de greutate.
✧ ***Experiența mea:***
Oboseala și tristețea sunt și ele deseori prezente.

CYCLAMEN
Musculițe în fața ochilor, fulgere și amețeli care preced migrena.
✧ ***Experiența mea:***
Marele medicament al migrenei oftalmice.

DURERI DE CAP: în urma unor emoții

IGNATIA
Senzație de cui în cap, apărând și dispărând brusc.
✧ ***Experiența mea:***
În urma unei emoții puternice, la persoanele hipersensibile.

GELSEMIUM
Greutate, apăsare asupra capului și a cefei, cu stare de abrutizare, ca urmare a unei spaime sau a trecutului.
✧ ***Experiența mea:***

Se constată uneori o eliminare de urină importantă la sfârșitul crizei.

ARGENTUM NITRICUM
Impresie de creștere a volumului capului.
✧ ***Experiența mea:***
Medicamentul persoanelor anxioase, fobice, mereu grăbite.

DURERI DE CAP: în urma unor oboseli

ARNICA
Oboseală fizică, efort sportiv, impresie de căldură și de contuzie.
✧ ***Experiența mea***
Medicamentul traumatismelor și al șocurilor capului.

CHINA
Senzație de slăbiciune în urma unei maladii sau a unei intervenții chirurgicale.
✧ ***Experiența mea:***
Este medicamentul convalescențelor.

KALIUM PHOSPHORICUM
Cefalee pulsândă seara, după un exces de muncă.
✧ ***Experiența mea:***
Marele medicament al durerii de cap la studenți.

DURERI DE GÂT

Întrebările

În ce loc vă doare exact (în fundul gâtului, în părți, într-o singură parte, o amigdală)?

Care e caracterul durerii (ca o arsură, ca o țeapă sau simplă iritare)?

Această durere este ușurată sau agravată de frig, de căldură, mâncând, bând, vorbind?

Există semne generale (febră, ganglioni)?

Care e aspectul gâtului (roșu, cu puncte albe, afte, ulcerații)?

Ce trebuie făcut?

De la primele simptome se ia unul sau două dintre medicamentele recomandate (vezi mai jos).

➢ *Și în plus:*

Oligo-elemente de cupru și de bismut, 1 fiolă din fiecare de 2-3 ori pe zi.

➢ *Și în plus*:

Gargară cu *Phytogargarisme*, de 3 ori pe zi.

➢ *Și în plus*:

Pentru cei mai curajoși, această rețetă veche, cu un gust foarte neplăcut: clorură de magneziu, 1 pliculeț de 20 g la 1 litru de apă. Se vor bea 3 păhărele pe zi din această poțiune foarte amară, dar cu o eficacitate remarcabilă.

Trebuie consultat medicul

— în toate cazurile, când e vorba de un copil, acesta trebuie să fie văzut de medic în treizeci și șase de ore pentru a se hotărî oportunitatea unui tratament antibiotic;

— dacă există ulcerații în gât;

— dacă există febră puternică și ganglioni.

Recidivele frecvente necesită analize și un tratament de teren.

DURERI DE GÂT: gâtul e roșu

BELLADONNA

Gâtul este roșu, uscat și dureros la înghițit; uneori apar spasme.

✧ ***Experiența mea:***

Febra e oscilantă și e însoțită de sudoare.

Estelle, în vârstă de 17 ani, se plânge, de douăzeci și patru de ore, de dureri de gât iradiind spre urechi. Îi este foarte sete și salivează anormal.

➢ PHYTOLACCA 9 CH și MERCURIUS SOLUBILIS 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

Christina, în vârstă de 28 de ani, se plânge primăvara de dureri înțepătoare în gât, cu mâncărimi și strănuturi foarte ameliorate dacă bea rece sau mănâncă înghețată.

➢ APIS 15 CH și SABADILLA 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

APIS

Gâtul e roșu, mucoasele sunt umflate și durerea este calmată bând rece sau mâncând gheață.

✧ ***Experiența mea:***

În general e vorba mai curând de o reacție alergică decât de una infecțioasă.

PHYTOLACCA

Gâtul este roșu închis, mai ales în părți, și durerea iradiază spre ureche; ganglionii sunt mari. > bautură rece

✧ ***Experiența mea:***

Febra este moderată.

DURERI DE GÂT: există puncte albe sau ulcerații

MERCURIUS CORROSIVUS

Gâtul este foarte dureros, cu spasme, cu ulcerații.

MERCURIUS CYANATUS

Amigdalele sunt acoperite de pelicule albicioase; febră mare și ganglioni dureroși.

KALIUM BICHROMICUM

Amigdalele și gâtul au ulcerații pline cu secreții gălbui.

✧ ***Experiența mea:***

În toate cazurile, unu-două medicamente vor fi luate în alternanță oră de oră, așteptând consultarea medicului în treizeci și șase de ore.

Mathieu, în vârstă de 12 ani, are o durere de gât foarte intensă. Amigdalele sunt pline de puncte albe și febra e mare.

➢ KALIUM BICHROMICUM 9 CH și MERCURIUS CYANATUS 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

În toate cazurile, tratamentul poate să fie făcut două zile; dacă simptomele persistă, trebuie consultat medicul.

DURERI DE GÂT: o singură amigdală pare bolnavă

LYCOPODIUM

Durere a gâtului începând cu amigdala dreaptă.

✧ *Experiența mea:*
Teren hepatic, supraîncărcat; va fi necesar un tratament de fond.

LACHESIS
Durere a gâtului începând de la stânga; gâtul poate să fie roșu închis și foarte dureros.
✧ *Experiența mea:*
Atenție! E uneori medicamentul începutului de flegmon.

MERCURIUS BI-IODATUS și PROTO-IODATUS
Bi-iodatus: amigdala stângă.
Proto-iodatus: amigdala dreaptă.
✧ *Experiența mea:*
Clasice, dar nu totdeauna eficace în practică.

DURERI DE GÂT: început de flegmon sau abces de amigdală

Se vor lua imediat:
Hepar sulfur 15 CH, 1 doză;
Hepar sulfur 30 CH, 1 doză după șase ore.
➢ *Și în plus*:
Pyrogenium 9 CH, 5 granule la o jumătate de oră după fiecare doză.
➢ *Și în plus*:
Lachesis 9 CH și *Mercurius solubulis 9 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.
Trebuie consultat cât mai repede medicul.

DURERI DE GÂT: apar în momentul menstrelor

Se vor lua cu două-trei zile înainte de ziua presupusă a menstrelor: *Lac caninum 9 CH* și *Zincum 9 CH*, 5 granule, în alternanță, de 3 ori pe zi.

DURERI DE SPATE

În majoritatea cazurilor, radiografiile vor elimina un motiv organic evident: tumoare osoasă, fractură, tasare, epifizită la tineri. Semnele de artroză și de cifoscolioză moderată sunt descoperite foarte

frecvent. Radiografiile care arată un spate perfect sunt destul de rare; cele făcute în mod sistematic cu ocazia altor patologii dezvăluie deseori numeroase imagini de artroză sau de tulburări funcționale, fără ca pacientul să se plângă de ele.

Durerea de spate, în afara cauzelor organice amintite, trebuie să ducă la căutarea înainte de orice a unor cauze mecanice și a unor probleme de stare generală, în special pe plan emotiv.

Spatele este deseori oglinda anxietății noastre și locul privilegiat de fixare a tensiunilor noastre. Mulți pacienți se plâng de dureri cervicale. La fel, durerile lombare sunt și ele frecvente la persoane „spetite" de griji materiale și psihologice.

Tratamentul corespunzător asociază sfaturile de igienă fizică — pat, poziția fotoliului din mașină sau de la birou, locul computerului pe birou — cu masaje domoale și ședințe de chineziterapie.

Medicamentele homeopatice vor fi alese în funcție de reacțiile generale ale organismului, a semnelor comportamentale și a circumstanțelor declanșatoare, de exemplu:

— *Arnica 15 CH*, 5 granule de 5 ori pe zi, timp de două zile, după sport sau eforturi fizice;

— *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule seara, în cură de zece zile, când durerea de spate revine odată cu timpul umed;

— *Ignatia 15 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar, după o supărare sau o emoție.

Vezi LUMBAGO, REUMATISM, REUMATOLOGIE.

E

EBRIETATE

Vezi ALCOOLISM.

— sentiment de ebrietate, de ameţeli, de instabilitate: *Argentum nitricum 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe săptămână, până la consultarea medicului;

— la persoanele în vârstă: *Baryta carbonica 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe săptămână, până la consultarea medicului.

ECTOPIE

Se numeşte ectopie testiculară necoborârea unui testicul în scrot. Copilul trebuie să fie examinat de medic şi va fi necesară o intervenţie chirurgicală dacă testiculele nu-şi găsesc locul înainte de pubertate. Între timp, copilului i se dau vreme de şase luni: *Aurum 9 CH*, 5 granule pe zi, şi *Calcarea fluorica 9 CH*, 5 granule pe zi.

ECTROPION

Întoarcerea pleoapei în afară. În aşteptarea unui eventual tratament chirurgical, se iau: *Staphysagria 15 CH*, 5 granule pe zi, şi *Calcarea fluorica 9 CH*, 5 granule pe zi.

ECZEMĂ

Întrebările

Care e aspectul leziunii (uscată, fisurată, supurantă)?
Care e localizarea (faţă, membre, trunchi)?
Există mâncărimi sau arsuri?
În ce împrejurări apare eczema?

Ce trebuie făcut

Se ia de la primele simptome medicamentul indicat mai jos timp de opt zile, până la consultarea medicului.

➢ *Şi în plus*:

Local, se folosesc următoarele alifii:
— alifie cu calendula în caz de eczemă uscată;
— alifie cu *Graphites 1% TM* în caz de eczemă supurantă;
— alifie cu *Mezereum 4% TM* în caz de eczemă cu cruste.

➢ *Şi în plus*:

Pentru drenarea pielii: *Saponaria compusă*, 10 picături sau 5 granule de 3 ori pe zi.

Medicamentele de teren pe care le va prescrie medicul

Sulfur, Lycopodium, Calcarea carbonica, Tuberculinum, Natrum muriaticum, Sepia, Arsenicum album, Thuya, Medorrhinum. Aceste medicamente sunt în general prescrie în 15 CH, 1 doză de mai multe ori pe lună, timp de şase luni.

Medicul trebuie consultat dacă:
— eczema este suprainfectată;
— pruritul sau durerile sunt puternice;
— în toate cazurile, pentru un tratament de fond.

ECZEMA: plăci roşii

BELLLADONNA
Plăci roşii, fierbinţi, mai ales pe obraji.
✧ ***Experienţa mea:***
În 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi, adăugându-se alifie cu calendula.

APIS
Plăci roz, umflate, cu durere înţepătoare şi mâncărime; ameliorare la frig.

✧ *Experiența mea:*
În 15 CH, 5 granule de 3 ori pe zi; trebuie căutată o circumstanță alergică.

RHUS TOXICODENDRON
Plăci roșii împrăștiate pe corp („piele de leopard") sau pe față (pleoape mai ales).
✧ *Experiența mea:*
În 15 CH, 5 granule de 3 ori pe zi.

ECZEMA: cu descuamare și mâncărimi

ARSENICUM ALBUM
Pielea e uscată, cu descuamare foarte fină, ca făina.
✧ *Experiența mea:*
În 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi; se potrivește în mod deosebit persoanelor anxioase.

ARSENICUM IODATUM
Pielea e roșie, cu spasme și prurit intens.
✧ *Experiența mea:*
În 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi. Este tratamentul de bază al marilor eczeme; tratamentul de fond va fi indispensabil.

NATRUM SULFURICUM
Pielea se cojește în fâșii mari și lasă plăci roșii.
✧ *Experiența mea:*
În 15 CH, 5 granule dimineața și seara. Trebuie căutată și tratată o micoză, ea fiind deseori cea care provoacă acest gen de eczemă.

ECZEMA: cu fisuri

PETROLEUM
Crăpături la vârfurile degetelor, pielea pare murdară; leziunile apar în fiecare iarnă, cu supurare ușoară.
✧ *Experiența mea:*
9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi; rezultat spectaculos în câteva zile.

ANTIMONIUM CRUDUM
Pielea e groasă, cu fisuri și supurări: pecinginea copiilor lacomi.
✧ *Experiența mea:*
9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi, și, bineînțeles, dezinfectare locală.

ECZEMA: supurare sau cruste

GRAPHITES
Fisuri cu supurare, ca mierea, la nivelul pliurilor, mai ales după urechi.
✧ *Experiența mea:*
15 CH, 5 granule de 3 ori pe zi; acțiune foarte rapidă.

MEZEREUM
Cruste cu puroi și bășici mici, conținând un lichid gălbui.
✧ *Experiența mea:*
9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi; acțiune foarte rapidă.

ANTIMONIUM CRUDUM
Leziuni supurante și cruste pe față și pe pielea capului.
✧ *Experiența mea*
9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi; se impune puțin regim.

ECZEMA: mâncărimi cu puține leziuni sau deloc

STAPHYSAGRIA
Prurit care își schimbă locul odată scărpinat.
✧ *Experiența mea:*
În urma supărărilor sau vexațiilor; 15 CH, 1 doză de 2-3 ori pe zi.

MANGANUM
Mâncărimi, mai ales la pliurile articulare.
✧ *Experiența mea:*
9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi.

RADIUM BROMATUM
De fiecare dată când mâncărimile sunt tenace, mai ales în cazul unei piele groase.

✧ ***Experienţa mea:***
9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi; util şi după o radioterapie.

Jean, în vârstă de 37 de ani, este faianţar şi contactul cu apa rce şi ipsosul îi provoacă crăpături, mai ales iarna.

➢ PSORINUM 15 CH, 1 doză pe săptămână.

➢ PETROLEUM 9 CH, 5 granule, înainte de cele două mese.

Nicole, 48 de ani, are din adolescenţă psoriazis la cot şi pe gambe. Leziunile sunt uscate, nedureroase şi apar în urma supărărilor.

➢ IGNATIA 15 CH, 5 granule, seara.

➢ SEPIA 9 CH, 5 granule, dimineaţa.

Aceste tratamente pot să fie urmate o lună, până la consultarea medicului.

ECZEMA SUGARILOR

O situaţie deosebită pune deseori probleme medicilor şi părinţilor: e vorba de eczema sugarilor. Apare între două şi opt luni, în special la sugarii care au antecedente alergice în familie. Localizarea la faţă sau întinderea mare pe corp, aspectul fisurat, supurant, sau marele prurit pe care îl provoacă îi preocupă pe părinţi şi îi fac nerăbdători să obţină un rezultat apreciabil. Cremele cu cortizon sunt pe scară largă folosite şi, chiar dacă părinţii îşi dau seama că acest cortizon nu se potriveşte cu tratamentul de fond, e greu să fie brusc suprimat.

Cheia tratamentului homeopatic constă în patru piste care se cuvine deseori să fie urmate simultan:

➢ **Medicamente de fond care sunt cele ale terenului atipic familial**

Sulfur, Lycopodium, Calcarea carbonica, Arsenicum album sau *Natrum muriaticum* sunt prescrise cu prudenţă în diluţii progresive (7, apoi 9, apoi 15 CH), oprindu-se la cea mai mică agravare.

➢ **Cauze emotive care se cuvine să fie căutate cu grijă**

Mutarea în altă locuinţă, probleme familiale, moartea unui apropiat, spaimă...: medicamente homeopatice corespunzătoare fiecărui tip de situaţie. De exemplu, teama de a fi părăsit (*Pulsatilla*), moartea cuiva apropiat (*Arsenicum album*), spaimă (*Gelsemium*).

➢ **Căutarea unui eveniment care ar fi afectat-o pe mamă în timpul sarcinii**

Maladii, tratamente, stres violent.

➢ **Problema alimentaţiei**

Apare foarte des, şi părinţii au tentaţia se schimbe laptele, chiar să-l suprime. Chiar dacă oprirea laptelui aduce uneori uşurare, rareori se întâmplă ca el să fie cauza unică a eczemei. În faţa acestei probleme care tulbură întreaga familie, trebuie instituit un climat de încredere, iar părinţii trebuie liniştiţi. Caracterului multifactorial al eczemei atipice a copiilor îi răspunde acţiunea multiplă şi globală a medicamentului homeopatic. În plus, a trata eczema unui copil înseamnă şi tratarea unui teren alergic, care mai devreme sau mai târziu se va manifesta din nou, cu atât mai mult cu cât a fost negat şi înăbuşit cu un tratament exclusiv cortizonic.

Juliette, în vârstă de 5 luni, ale leziuni cu coji pe cap şi în spatele urechilor, cu fisuri, din care iese un lichid gros, gălbui ca mierea.

➢ CALCAREA CARBONICA 15 CH, 1 doză pe săptămână.

➢ GRAPHITES 15 CH, 5 granule, înainte de cele două mese.

Elliot, în vârstă de 5 luni, are un eritem fesier, în urma unui puseu dentar.

➢ MEDORRHINUM 15 CH, 1 doză.

➢ BELLADONNA, 5 granule, de patru ori pe zi.

EDEM

➢ Edem al gleznelor şi gambelor

Hamamelis 5 CH şi *Vipera 5 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi. Atenţie! Un edem al gleznelor poate să fie de origine cardiologică sau renală. Se impun consultarea medicului şi analize.

➢ Edemul articulaţiilor

Apis 15 CH şi *Bryonia 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră până la consultarea medicului.

Edemul lui Quinck: se cheamă de urgenţă medicul sau se merge la spital şi se ia imediat *Apis 15 CH*, 5 granule la fiecare zece minute.

ELECTRICITATE

— impresia de dureri electrice (sciatică, zona zoster): *Hypericum 15 CH* şi *Kalmia 15 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră;
— sensibilitate la electricitate: *Phosphorus*;
— pacientul simte furtuna care vine: *Rhododendron*.

EMOŢIE

O emoţie puternică poate să producă reacţii diverse la un individ sensibil. Homeopatia poate să fie foarte eficace pentru a preveni şi vindeca tulburările cauzate. Se ia, cât mai repede posibil, o doză:
— emoţie puternică, frică: *Gelsemium 15 CH*;
— emoţie puternică, excitare: *Ignatia 15 CH*;
— emoţie veselă: *Coffea 15 CH*;
— vexaţie, nedreptate, frustrare: *Staphysagria 15 CH*.
Vezi ANXIETATE.

ENCOPRESIE

Incontinenţa materiilor fecale. Acest simptom la copil, după trei-patru ani, trebuie să ne determine să consultăm medicul şi, dacă e necesar, să se facă un examen fizic şi psihologic al copilului.
Vezi INCONTINENŢĂ.

ENTORSĂ

— *Apis 15 CH*, 5 granule de 4 ori, în prima oră, în timp ce se ţine gheaţă pe articulaţie;
— *Arnica 15 CH*, 1 doză de repetat după şase ore;
— *Bryonia 5 CH* şi *Ruta 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, la fiecare două ore, în primele trei zile;
— în timpul fazei de reeducare: *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara, timp de cincisprezece zile. Bineînţeles, articulaţia e examinată, imobilizată şi se face radiografie la cea mai mică bănuială.

ENUREZIE

Pipi în pat îngrijorează mai mult părinţii decât copilul respectiv. Trebuie respectate câteva reguli. Înainte de patru ani, dacă se respectă curăţenia zilnică, nu se face nimic (10% din băieţi încă mai fac pipi în pat şi la şase ani). Apoi se face o analiză a urinei. În caz de infecţie, medicul va face un examen urologic, căutând o anomalie a căilor urinare (cazuri rare). În marea majoritate a cazurilor, rezultatul e negativ şi trebuie respins orice tratament neurologic sau „pipi-stop" şi orice metodă de pedepsire. Medicul homeopat îi va da copilului un tratament corespunzător caracterului său emoţional personal. Între timp, se iau sistematic: *Equisetum 5 CH*, 5 granule dimineaţa şi 5 granule seara la culcare, timp de o lună, precum şi:
— *Pulsatilla 15 CH* pentru copilul emotiv, care are probleme de creştere;
— *Stramonium 15 CH* pentru copilul căruia îi e frică de întuneric şi are coşmaruri;
— *Staphysagria 15 CH* pentru copilul agitat, care face pipi foarte des în timpul zilei la cea mai mică excitare.

EPANŞAMENT

Orice articulaţie care prezintă un epanşament trebuie să fie examinată de medic. Până atunci: *Apis 15 CH* şi *Bryonia 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

EPICONDILITĂ

Tendinită a cotului sau *tennis-elbow*. Fie că se produce în urma unor eforturi sportive sau menajere, există în general o problemă mecanică şi e necesar consultul unui medic osteopat. Pentru tratarea durerii şi inflamaţiei: *Ruta 5 CH* şi *Kalium bichromicum 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

EPIFIZITĂ

Maladie a extremităţilor oaselor care afectează copiii şi adolescenţii în timpul creşterii. E vorba în general de copii longilini: *Calcarea phosphorica 9 CH*, 5 granule pe zi, şi *Silicea 15 CH*, 1 doză pe săptămână, precum şi *Ostéocynésine*, 2 comprimate dimineaţa şi seara, în cură de trei luni, 1-2 ori pe an.

EPILEPSIE ◉

În cazul unei supravegheri neurologice regulate, tratamentele homeopatice se pot dovedi foarte eficace în completarea sau continuarea tratamentelor clasice. Cereţi sfatul medicului homeopat. *Vezi CONVULSIE.*

EPISIOTOMIE

După orice episiotomie (incizia vulvei şi a muşchilor perineului, la naştere) se ia: *Staphysagria 9 CH*, 5 granule pe zi timp de opt zile.

EPISTAXIS

Sângerări ale nasului. Se tamponează cu vată şi se iau *China 9 CH* şi *Arnica 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, la fiecare zece minute. Dacă sângerările se repetă, consultaţi medicul şi luaţi: *Ferrum phosphoricum 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe săptămână.

EQUISETUM

Origine
Criptogama-de-baltă.

Principalele indicaţii
Enurezie (pipi în pat), urină foarte abundentă.

ERATIC

Se spune despre o durere care apare şi dispare brusc: *Ignatia 15 CH*, 5 granule, la fiecare repetare a durerii.

ERIGERON

Origine
Bătrânişul.

Principalele indicaţii
Hemoragie de sânge roşu deschis: sângerări ale nasului, menstre hemoragice.

ERITEM

Roşeaţă a pielii, arsură de gradul unu, arsură la plajă:
— dacă pielea e de un roşu aprins, se ia *Belladonna 9 CH*, 5 granule oră de oră, de 4-5 ori;
— dacă pielea e roz, umflată, cu dureri înţepătoare: *Apis 15 CH*, aceeaşi posologie.

ERITEM FESIER AL SUGARULUI

Medorrhinum 15 CH, 1 doză unică, şi *Belladonna 9 CH*, 5 granule din două în două ore, precum şi o alifie cu calendula.

ERITEM SOLAR

Apis 15 CH şi *Muriaticum acidum 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, de 2 ori pe zi.

ERIZIPEL ◉

Infecţie a pielii cauzată de un streptococ care provoacă o placă roşie dureroasă. În aşteptarea consultării medicului în următoarele patruzeci şi opt de ore, se vor lua: *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză de repetat de 3 ori la fiecare douăsprezece ore, precum şi *Belladonna*

9 CH şi *Lachesis 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, oră de oră. Local, se pun comprese umede impregnate cu 15 picături de *Calendula TM*.

ERUCTAŢIE

— râgâială care îi alină pe indivizii nervoşi: *Argentum nitricum 9 CH*, 5 granule înainte de mese;

— râgâială (se simte gustul alimentelor în gură): *Antimonium crudum 9 CH*, 5 granule înainte de mese.

Vezi AEROFAGIE.

ERYNGIUM

Origine

Scaietul vânăt.

Principalele indicaţii

Dureri uretrale la bolnavii de prostată.

ESCARĂ

În afara îngrijirilor locale ce trebuie făcute de o infirmieră: *Kalium bichromicum 9 CH, Mezereum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi, şi *Pyrogenium*, 5 granule zilnic. Tratamentul se continuă până la cicatrizare.

ETHYL SULFUR DICHLORATUM

Origine

Iperita.

Principalele indicaţii

Folosit de medicul homeopat drept complement al tratamentelor clasice în cazul unor insuficienţe cardio-respiratorii.

ETIOLOGIE

Ce este etiologia? Care e importanţa ei în homeopatie?

Etiologia este studiul cauzelor maladiilor. Este un element fundamental al studiului unui caz clinic pentru toţi medicii şi, în

special, pentru medicul homeopat. Paralel cu cauzele clasice ale maladiilor, precum viruşii, microbii, alergenii, disfuncţiile organice, homeopaţii acordă o mare importanţă cauzelor fizice (traumatisme), cauzelor climatice (frigul, căldura, umiditatea, marea, muntele) şi atmosferice (vânt, furtună). În fine, un loc important este acordat analizei cauzelor psihologice.

Putem pune pe acelaşi plan toate aceste cauze sau împrejurări declanşatoare?

Practica homeopatică recunoaşte mai multe aplicaţii:

— o substanţă poate să constituie direct cauza unei maladii: un polen în cazul alergiei, un microb în cazul unei infecţii, un exces sau dispariţia unui hormon în cazul unui sindrom ginecologic. În toate aceste cazuri, medicamentele homeopatice fabricate pe baza agentului provocator vor fi foarte utile: *Pollen* în alergie, *Colibacillinum* în recidivele infecţioase urinare sau *Folliculinum* în tratamentul sindromurilor premenstruale;

— unele împrejurări declanşatoare corespund în mod deosebit cu unele medicamente: frigul puternic indică *Aconitum*, umiditatea indică *Dulcamara*; semnele fizice respective trebuie să constituie ţintele obişnuite ale medicamentului;

— marea reactivitate la unele evenimente sau circumstanţe face parte dintre semnele caracteristice ale sensibilităţii la unele medicamente, de exemplu:

- sensibilitate la furtună: *Phosphorus*;
- sensibilitate la umiditate: *Rhus toxicodendron*;
- sensibilitate la frig: *Nux vomica*;
- sensibilitate la cald: *Lachesis*;

— unele evenimente sau împrejurări se află la originea apariţiei modului reacţional cronic sicotic*: vaccinurile, unele maladii infecţioase sau stresuri importante sau repetate.

Motivele de stres indică direct medicamentul?

Nu, nu neapărat. Medicul homeopat este interesat mai curând de senzaţiile bolnavului, în acord cu evenimentul, dar şi cu sensibilitatea sa deosebită.

De exemplu, după o despărţire bruscă, o persoană poate să simtă:

— un sentiment de părăsire: *Pulsatilla*;

— un sentiment de gelozie: *Lachesis*;

— un sentiment de vexație: *Staphysagria*;
— un sentiment de tristețe: *Natrum muriaticum*.

Lucrul remarcabil în terapeutica homeopatică este înțelegerea și luarea în considerare a unei coerențe între cauză, sensibilitatea pacientului și forma deosebită a reacției sale, fie că e organică sau psihologică.

EUGENIA JAMBOSA

Origine
Mirtacee din India.

Principalele indicații
Acnee, coșuri cu vârf alb, agravate înainte de menstre.

Comparații și asocieri
Sulfur iodatum: acnee.

EUGENISM

Ideea de bază era de a trata mama în timpul sarcinii în funcție de terenul părinților ei, administrându-i-se în mod regulat doze din diferite nosode. Această concepție, provenită din teoria toxinică veche a homeopatiei, pare depășită astăzi. În plus, principiul eugenismului evocă practici și comportamente îndoielnice, foarte departe de etica homeopaților, al cărei fundament este respectarea diferenței.

EUPATORIUM PERFOLIATUM

Origine
Această plantă este originară din Statele Unite. Utilizarea terapeutică homeopatică confirmă acțiunea ei în unele cazuri de febre gripale.

Simptome caracteristice
— senzație de curbaturi, de sfărâmare a spatelui și a membrelor;
— dureri oculare;
— sindrom gripal.

Principalele indicații
— gripă;
— dengă.

Comparații și asocieri
Gelsemium: gripă, dengă.
Aceste medicamente sunt asociate într-un compus foarte practic: *Paragrippe*.

De avut în casă
Eupatorium perfoliatum 9 CH.
Paragrippe, 1 cutie.

EUPHORBIA

Origine
Laptele-cucului. Acțiunea foarte iritantă a latexului pe care îl secretă se află la originea acțiunii sale homeopatice.

Simptome caracteristice
— bășici;
— dureri ca niște arsuri.

Principalele indicații
— leziuni cutanate;
— verucă plantară.

Comparații și asocieri
Arsenicum album: dureri ca niște arsuri.

EUPHRASIA

Origine
Eufreza (plantă care parazitează rădăcinile gramineelor). Principiile active cunoscute din această plantă provoacă o inflamație a ochiului.

Simptome caracteristice
— lăcrimări iritante;
— inflamația pleoapelor;

— tuse cu expectorație mucoasă.

Principalele indicații
— conjunctivită alergică sau infecțioasă;
— rujeolă.

Comparații și asocieri
Apis: conjunctivită.
Allium cepa: boala fânului.

EXCORIAȚIE

— a pielii: *Homéplasmine*;
— a mucoaselor: *Mercurius corrosivus 9 CH*, 5 granule de 2-3 ori pe zi.

EXOSTOZĂ

Excrescență benignă a osului: *Hekla lava 5 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi, și *Calcarea fluorica 9 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi.

EXTRASISTOLĂ

Consultați medicul pentru un control cardiologic. Între timp: *Acht 9 CH*, 5 granule 1-2 ori pe zi. În caz de teren emotiv: *Ignatia 15 CH*, 5 granule pe zi, și *Crataegus*, 1 capsulă de 2-3 ori pe zi.

F

FAGOPYRUM

Origine
Hrișca.

Principalele indicații
Prurit, în general fără erupție.

Comparații și asocieri
Dolichos: prurit fără erupție.

FALANGE

Artroza și umflarea falangelor: *Polygonum aviculare 5 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, și *Bryonia 9 CH*, 5 granule dimineața și seara. În cazul puseelor acute, se adaugă oligo-elemente de cupru, 1 fiolă sau 5 granule de 3 ori pe zi, timp de o săptămână.

FARINGITĂ

Vezi DURERI DE GÂT.

FAȚĂ ✢

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate. Localizarea deosebită a unor probleme de dermatologie la față indică o sensibilitate preferențială la anumite medicamente.

— acnee a frunții: *Natrum muriaticum*;
— acnee simetrică pe față: *Arnica*;
— eczemă în jurul gurii, herpes: *Sepia, Natrum muriaticum*;
— eczemă a obrajilor copilului: *Cistus canadensis*;
— eczemă a pielii capului: *Sulfur, Natrum muriaticum.*

FEBRĂ ◉

Febra nu este o boală, ci un simptom. În prima fază, este un simptom de alarmă care indică un efort al organismului pentru a se debarasa de o infecție. De aceea se cuvine să fie respectată și să nu se facă imediat uz de medicamente antipiretice. Trebuie respectate câteva reguli:

— să se respecte o febră de început, moderată;
— o febră peste 39 de grade Celsius la un copil mic trebuie să fie tratată rapid, ca să nu se ajungă la convulsii;
— o febră, chiar și moderată, care durează mai mult de trei zile, în ciuda unui tratament adaptat, trebuie să ducă la consultarea medicului;
— febra nu e sinonimă cu sindromul gripal sau cu infecția rino-faringeană, iar prezența tulburărilor urinare, a frisoanelor sau a durerilor lombare trebuie să ducă la investigarea și tratarea de urgență a unei infecții urinare sau a altei localizări profunde.

În aceste limite, tratamentul homeopatic este foarte eficace, când e bine adaptat, deoarece tratează atât leziunea, cât și reacția generală a organismului.

Principalele medicamente sunt citate la rubrica GRIPĂ. Iată câteva medicamente complementare:

— frison cu impresie de febră (totuși scăzută): *Nux vomica 9 CH*, 5 granule din două în două ore;
— febră intermitentă în accese: *China 9 CH* și consult obligatoriu;

— febră care se menține după un sindrom gripal, în ciuda tratamentului: *Pulsatilla 9 CH* și consult obligatoriu.

FECALOM

Masă de materii fecale întărite care blochează rectul. Este un incident frecvent la persoanele în vârstă care zac în pat. Tratamentul constă în fragmentarea acestei mase manual sau cu ajutorul unui instrument. Fecalomul poate fi prevenit luându-se în fiecare zi: *Opium 15 CH* și *Bryonia 15 CH*, 5 granule din fiecare pe zi, de 3 ori pe săptămână.

FECULENT

Descperirera acestui simptom orientează și confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.

➢ dorință de feculente: *Calcarea carbonica.*
➢ agravarea prin feculente: *Alumina.*

FELLANDRIUM

Origine
Mărărașul sau *Oenanthe phellandrium*.

Principalele indicații
Bronșită cronică cu expectorații cronice abundente și fetide. Este medicamentul „toaletei bronhice" a fumătorilor cronici.

Comparații și asocieri
Atimonium tartaricum: expectorații bronhice consistente.

FENOBARBITAL

Origine
Fenobarbitalul folosit ca sedativ și antiepileptic.

Principalele indicații
Urticarie cronică, prurit în special, după unele alimente, precum crustaceele.

Comparații și asocieri
Urtica urens, Lycopodium: urticarie alimentară.

FERRUM METALLICUM

Origine
Fierul.

Simptome caracteristice
— paloarea mucoaselor;
— instabilitate vasomotrice;
— oboseală, hipersensibilitatea la zgomot;
— inflamația umărului.

Principalele indicații
— oboseală în urma unor anemii tratate;
— incontinența urinară la copii și la adulții obosiți;
— periartrită scapulo-humerală.

Comparații și asocieri
Ferrum phosphoricum: inflamație a umărului.
Kalium carbonicum: oboseală, anemie.

FERRUM PHOSPHORICUM

Origine
Fosfatul feros. Utilizarea homeopatică arată o acțiune asupra febrelor moderate și asupra inflamației mucoaselor ORL și bronșice.

Simptome caracteristice
— inflamația traheei și a bronhiilor;
— inflamarea timpanelor;
— fenomene hemoragice localizate;
— febre moderate.

Principalele indicații
— traheită;
— bronșită;
— otită;

— sângerări ale nasului;
— gripă.

Comparații și asocieri
Capsicum: otită.
Bryonia: traheită, bronșită;
Phosphorus: fenomene hemoragice.
De avut în casă
Ferrum phosphoricum 9 CH.

FIABILITATE

Cum se poate evalua fiabilitatea unui medicament?
Acțiunea unui medicament homeopatic nu e definită printr-o regulă teoretică, ci pe o bază empirică, fie prin experimentări, fie prin observații clinice. Referința este materia medicală care descrie ansamblul de posibilități terapeutice ale unei substanțe. Este foarte important pentru medicul homeopat ca medicamentul să fie totdeauna fabricat pornindu-se de la aceleași substanțe care au servit de referință materiei medicale. Prima regulă de fiabilitate este deci mai întâi permanența unor sușe servind la fabricarea medicamentelor.

Trebuie să se controleze fiecare sușă la început?
Bineînțeles, fiecare sușă este controlată: mai întâi proveniența, apoi aspectul exterior, apoi pornind de la analiza ei chimică. Tincturile de bază sunt după aceea pregătite după reguli extrem de riguroase. De aici va începe fabricarea medicamentului homeopatic propriu-zis.

Care sunt controalele și constrângerile etapelor următoare?
Mai întâi, toate operațiile de diluție următoare vor fi făcute sub „hote cu flux laminar", adică păstrând o atmosferă fără particule. Acest lucru este foarte important căci, fără aceste hote, particulele străine s-ar putea amesteca cu diluția de bază, fiind apoi diluate și dinamizate în același timp, modificând astfel puritatea medicamentului. În cursul etapelor următoare, se fac controale frecvente pentru a analiza conținutul diluțiilor, atâta timp cât se pot detecta molecule.

Ţinând cont de necunoscutule modului de acţiune homeopatică, cum putem fi siguri de controlul fabricării medicamentelor?

Ipotezele referitoare la proprietăţile fizice, „energetice", ale medicamentului sunt încă de domeniul cercetării. În schimb, respectarea calităţii produselor de bază şi a etapelor de fabricaţie, în special pornind de la diluţiile puternice, când nu mai există control chimic posibil, constituie garanţia calităţii produsului finit. Empirismului prescripţiei, care se bazează pe o analiză clinică foarte aprofundată, îi corespunde o tehnică de fabricaţie cu controale tehnice foarte exigente. Complementaritatea acestor două „profesionalisme" stă la baza succesului şi dezvoltării homeopatiei.

FIBROM

Semnul care indică fibromul uterului este de cele mai mult ori apariţia unor menstre mai abundente şi mai prelungite. Orice fibrom trebuie să fie supravegheat în mod regulat, clinic, prin ecografii. În caz de sângerare anormal de abundentă sau de dureri, se consultă imediat medicul. Tratamentul homeopatic, dacă este început din timp, de la descoperirea fibromului, permite întârzierea evoluţiei sale, regularizarea abundenţei menstrelor şi evitarea unei operaţii în majoritatea cazurilor. Acest tratament nu poate fi hotărât decât de medic. Până la consultarea medicului, se vor lua: *Conium 9 CH*, 5 granule pe zi, şi *Fraxinus americana 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

FISTULĂ

Orice fistulă anală trebuie să fie examinată de medic şi să se prescrie un tratament de fond. Între timp, se iau: *Fluoricum acidum 9 CH* şi *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

Fistulă dentară: *Mercurius solubilis 9 CH* şi *Aurum 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, de 2 ori pe zi, drept complement al îngrijirilor dentare.

FISURĂ

➢ **Fisură anală**

Nitricum acidum 9 CH şi *Ratanhia 5 CH*, 5 granule din fiecare, dimineaţa şi seara, şi local alifie cu *Ratanhia*.

➢ **Fisură a mamelonului în timpul alăptării**

Nitricum acidum 9 CH şi *Graphites 9 CH*, 5 granule din fiecare, de 2 ori pe zi, şi alifie cu *Castor equi* după fiecare supt.

➢ **Fisură la comisura buzelor**

Nitricum acidum 9 CH, 5 granule dimineaţa şi seara.

FITOTERAPIE

Fitoterapia este tratamentul cu plante, tizane, soluţii, suspensii sau gelule. Această terapeutică foloseşte direct principiile active ale plantei. Nu toate plantele sunt inofensive şi trebuie, dacă există îndoieli, să cereţi sfatul farmacistului sau medicului. Homeopatia foloseşte şi ea numeroase plante, dar numai în mod diluat şi dinamizat, şi conform principiului de similitudine.

FLEBITĂ

Diagnosticul de flebită este stabilit de medic după apariţia unui mic edem la gambă, o durere la palparea pulpei piciorului. Flebita trebuie să fie suspectată după o intervenţie chirurgicală, o naştere sau un avort şi confirmată sau infirmată de un examen Doppler. Sistematic se prescriu medicamente anticoagulante. Ca o completare şi preventiv, după unele intervenţii chirurgicale, se recomandă medicamentele homeopatice *Vipera 5 CH* şi *Arnica 9 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi.

FLICTENĂ

În cazul unei băşici de natură traumatică, provenită din frecare sau arsură, se înţeapă pielea şi se pune alifie cu calendula şi se ia *Cantharis 9 CH*, 5 granule din două în două ore, timp de două zile. Atenţie, trebuie consultat medicul:

— dacă există mai multe flictene care sunt poate de origine infecţioasă (stafilococi);

— dacă e vorba de o arsură întinsă la faţă sau la mână.

FLUORICUM ACIDUM

Origine

Acidul fluorhidric.

Principalele indicații
— ulcer varicos, eczemă varicoasă;
— cicatrice inflamată în urma mâncărimilor.

FOAME ✢

Descoperirea acestui simptom orientează și confirmă alegerea unor medicamente de teren și de sensibilitate.
— foame între mese: *Antimonium crudum*;
— foame imperioasă cu dureri de stomac: *Lycopodium*;
— foame în urma unor supărări sau a unei emoții: *Ignatia*;
— foame în timpul migrenei: *Psorinum*;
— foame noaptea: *Nux vomica, Lycopodium*.
Vezi APETIT.

FOAME (bruscă și violentă)

➢ **În caz de enervare, pentru calmare**
Ignatia, 15 CH, 5 granule.
➢ **Pe la orele zece**
Natrum muriaticum 9 CH, 5 granule dimineața.
➢ **Pe la prânz**
Sulfur (tratament de teren).
➢ **Pe la orele șaisprezece**
Lycopodium 9 CH, 5 granule dimineața.
➢ **În timpul migrenei**
Psorinum (tratament de teren).

FOARFECE (teama de) ✢

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Fobia la foarfeci sau obiecte ascuțite, precum cuțitele, poate fi întâlnită la subiecții foarte sensibili la medicamentul *Alumina*.

FOBIE ✢

Vezi FRICĂ

Spaimele și fobiile deosebite constituie unul dintre aspectele sensibilității fiecăruia dintre noi. Cunoașterea lor orientează sau confirmă alegerea tratamentului de fond.
— animale: *Tuberculinum*;
— viitor: *Anacardium*;
— de o nenorocire viitoare: *Causticum*;
— cuțit, aspect tăios: *Alumina*;
— de o maladie incurabilă: *Arsenicum album*;
— de sufocarea în locuri închise: *Lachesis*;
— apă: *Stramonium*:
— mulțime: *Argentum nitricum*;
— moarte: *Arsenicum album*;
— întuneric: *Stramonium*:
— obiecte strălucitoare: *Stramonium*;
— furtună: *Phosphorus*;
— hoți: *Natrum muriaticum*.

FOLICULITĂ

Inflamație și infecție cu un stafilococ în jurul unui fir de păr.
Se dezinfectează local leziunile și se aplică *Unguent KLC*.
Se vor lua: *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză de 3 ori, la un interval de douăsprezece ore, *Pyrogenium 9 CH*, 5 granule dimineața, și *Arsenicum album 9 CH*, 5 granule de cinci ori pe zi.

FOLLICULINUM ⧗

Origine
Foliculina (hormonul ovarului). *Follicullinum*, fabricat pe bază de foliculină, este un medicament izopatic în concepția lui, dar se comportă ca un medicament puternic, cu acțiune generală în practică, chiar dacă indicația lui este foarte limitată.

Principalele indicații
— sindrom premenstrual adevărat: umflare și dureri de sâni;
— umflare abdominală, câștigare în greutate și modificare a comportamentului, agitație, excitație.
În general, acest medicament este prescris în 15 CH, 1 doză către a opta sau a zecea zi a ciclului.

Comparații și asocieri
Vezi SINDROM PREMENSTRUAL, HORMON.

FORMICA RUFA

Origine
Furnica roșie.

Principalele indicații
Cistită cronică.

FOTOFOBIE

Teama de lumină (sau senzația dureroasă la o lumină prea puternică sau reverberație) poate să apară în cursul unei febre sau în prezența zăpezii: *Belladonna 9 CH* și *Stramonium 9 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi.

Atenție: dacă această fotofobie e continuă, trebuie consultat un oftalmolog.

FRACTURĂ

Orice fractură trebuie să fie bineînțeles examinată, radiografiată și imobilizată. Tratamentul homeopatic va fi folosit pentru dureri, consolidare, prevenirea unei algodistrofii și reeducare.

Se ia sistematic:

➢ **Primele șapte zile**

Arnica 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi, pentru resorbirea rapidă a hematomului.

➢ **Timp de o lună**

— *Symphytum 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;
— *Ostéocynésine*, 2 comprimate dimineața și seara.

➢ **În timpul reeducării**

Rhus toxicodendron 9 CH, 5 granule pe zi.

FRAGILITATE ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Senzația de fragilitate, că ești „din sticlă”, indică sensibilitatea la *Thuya*.

Vezi SLĂBICIUNE.

FRAXINUS AMERICANA

Origine
Frasinul alb.

Principalele indicații
Se propune în caz de fibrom al uterului, în 5 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

FRECVENȚĂ ✦

Frecvența, repetiția, orarele și ritmul unei afecțiuni — migrenă, herpes, infecții ORL — constituie elemente foarte importante pentru medicul homeopat în determinarea tratamentului de fond. E bine să fie notate cu grijă înainte de consult.

Vezi TEREN, MOD REACȚIONAL CRONIC.

FRICĂ

După o spaimă: *Gelsemium 15 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar. *Vezi FOBIE.*

FRIG ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

➢ **Frig generalizat**

— senzație intensă de frig generalizat în cursul febrei: *Camphora*;
— senzația că ești înghețat, și totuși simți nevoia de a ți se face vânt: *Carbo vegetabilis*;
— cu sudori reci și senzație de rău: *Veratrum album*.

➢ **Frig localizat**

— extremități: *Natrum muriaticum, Pulsatilla, Sepia*;
— nas: *Arnica*;
— piciorul drept: *Lycopodium*.

FRIGIDITATE

Vezi SEXUALITATE.

FRISON ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

— febră ridicată, bruscă: *Aconitum, Gelsemium*;
— în cursul febrei, dezvelindu-te: *Rhus toxicodendron*;
— fără febră sau cu o febră moderată: *Nux vomica*;
— frison la nivelul pielii: *Mercurius solubilis*;
— frison la sfârşitul după-amiezii: *Lycopodium*.

FRUNTE ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

— acnee a frunţii: *Natrum muriaticum*;
— eczemă a frunţii la limita părului: *Natrum muriaticum, Sulfur*;
— durere frontală: vezi *DURERI DE CAP*.

FRUSTRARE

Senzaţie de frustrare, de nedreptate: *Staphysagria 15 CH*, 1 doză. *Vezi SENTIMENT.*

FSH

Origine
Hormonul de stimulare foliculară.

Principalele indicaţii
Bufee de căldură la menopauză.

FULGERĂTOR

Durere fulgerătoare, ca o descărcare electrică: *Hypericum 15 CH* şi *Kalmia 15 CH*, 5 granule, în alternanţă, în ritmul durerilor (sciatică, zona zoster).

Vezi NEVRALGIE.

FURFURACEU

Eczemă în formă de tărâţe de grâu, care se cojeşte ca făina: *Arsenicum album 9 CH*, 5 granule pe zi.

FURIE

— copil capricios, irascibil: *Chamomilla 15 CH*;
— subiect nerăbdător, iritabil: se iau zilnic 5 granule de *Nux vomica 15 CH*;
— subiect autoritar, orgolios: *Aurum 15 CH*.

FURNICĂTURĂ ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Senzaţia de furnicătură, spasmofilia, problemele circulatorii ale extremităţilor indică sensibilitatea la unele medicamente: *Natrum muriaticum, Apis*.

FURTUNĂ ✦

— anxietate, agitaţie agravate în timpul furtunii: *Phosphorus 15 CH*, 1 doză;
— reumatism agravat înainte de furtună: *Rhododendron 15 CH*, 1 doză.

FURUNCUL

Vezi ABCES.

FURUNCULOZĂ

Furunculozele cronice sau recidivante, în pofida tratamentelor repetate cu antibiotice, sunt deseori exasperante. Tratametul de fond homeopatic va fi remarcabil de eficace.

Atenţie, în cazul abceselor sau furunculozelor recidivante: trebuie să consultaţi medicul pentru analize, în căutarea – în special – a unui eventual diabet.

G

GALACTOREE

Orice secreţie anormală de lapte, în afara alăptării, trebuie să ducă la consultarea medicului. Ea poate să se datoreze luării unor medicamente sau unor anomalii hormonale.

Vezi ALĂPTARE.

GAMBOGIA

Origine

Gumă-gută (răşină).

Principalele indicaţii

Diaree acută cu multe borborigme; durerile abdominale sunt imediat ameliorate printr-un scaun sub formă de jet.

Comparaţii şi asocieri

Aloe: diaree cu scaun urgent.

GANGLION

Vezi ADENOPATIE.

GASTRALGIE (durere de stomac) ◉

În toate cazurile, se ia medicamentul indicat în 5 CH, 5 granule după fiecare masă, timp de opt zile.

— balonări: *Nux vomica*;
— arsuri: *Robinia*;
— crampe: *Cuprum*:
— senzație de apăsare: *Nux vomica*;
— senzație de piatră: *Bryonia*;
— senzație de gol: *Sepia*.

Dacă tulburările persistă, trebuie să se consulte medicul.

GASTRO-ENTERITĂ ◉

Se ia timp de douăzeci și patru de ore, până la consultarea doctorului:

➢ **Dureri de stomac**

— vomă care ușurează: *Nux vomica 9 CH*, 5 granule la fiecare două ore;

— vomă care nu ușurează: *Ipeca 5 CH*, 5 granule la fiecare două ore;

— în caz de sete de apă rece, imediat vomată: *Phosphorus 9 CH*, 5 granule la fiecare două ore.

➢ **Diaree fără febră și fără vomă**

Diaree survenită în urma unui exces de fructe de vară sau diareea călătorilor: *China 9 CH* și *Podophyllum 9 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră, sau *Aloe 9 CH*, 5 granule oră de oră, dacă diareea este urgentă, cu o senzație de lipsă a controlului sfincterian.

➢ **Diaree cu vomă și senzație de rău**

Intoxicații alimentare sau gastro-enterite virale:

— *Arsenicum album 15 CH*, 5 granule la fiecare două ore, dacă există dureri și pacientul simte o mare oboseală;

— *Veratrum album 15 CH*, 5 granule din oră în oră, dacă diareea este însoțită de senzație de rău, cu sudori reci și scăderea tensiunii.

În aceste două cazuri, trebuie să consultați medicul dacă simptomele persistă după douăzeci și patru de ore de tratament, la fel și în cazul în care diareea este însoțită de febră sau sângerări.

Madeleine, în vârstă de 74 de ani. A vomat de două ori în noaptea asta și se plânge de diaree și că îi este frig. Are 38,3 grade Celsius. În noaptea asta, mergând la wc, i s-a făcut rău și a avut sudori reci. Se simte obosită și anxioasă. Medicul trebuie să vină în cursul dimineții. Trebuie să ia, fără să mai aștepte:

➢ VERATRUM ALBUM 15 CH, 1 doză imediat ce este posibil.

➢ ARSENICUM ALBUM 15 CH și PODOPHYLLUM 9 CH, 5 granule, în alternanță, la fiecare jumătate de oră, toată dimineața, apoi mai rar, dacă diareea se oprește.

Să se prevadă:

➢ CHINA 9 CH, granule, dimineața și seara, timp de o săptămână, pentru recuperare.

GAZE

Tendința la gaze: *Lycopodium 5 CH* și *Carbo vegetabilis 5 CH*, 5 granule din fiecare, înainte de mesele principale.

GÂFÂIT ◉

Dificultate de a respira, insuficiență respiratorie veche: *Antimonium tartaricum 9 CH* și *Carbo vegetabilis 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

Vezi ASTM, BRONȘITĂ.

Atenție: gâfâitul poate să fie și de origine cardiacă. Se consultă medicul.

GÂT

Impresia că ești prea strâns în jurul gâtului: *Lachesis*.

Vezi DURERI DE GÂT.

GELOZIE

Descoperirea acestui simptom orientează și confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate. Noțiunea de gelozie cuprinde, în realitate, mai multe sentimente și comportamente, care corespund unor sensibilități homeopatice diferite:

➢ *Să vrei să fii în locul altuia*, să fii invidios pe ceea ce are sau a obținut el – frecvent între doi copii într-o familie sau între un copil și un părinte de același sex –, comportament care alternează starea de deznădejde și surescitare cu logoree (val de cuvinte) și nevoia să fie înaintea persoanei pe care este gelos: *Lachesis*.

➢ *Exagerare, impresii false sau invenții*, putând chiar să fie delirante, manifestându-se prin excese verbale sau fizice față de celălalt, între frați și surori sau în cadrul unui cuplu: *Hyoscyamus*.

➢ *Impresia că ești părăsit*, abandonat din cauza altuia: un copil la nașterea unui alt copil, o ruptură sentimentală, care provoacă un comportament de regresie. Copilul începe să-și sugă degetul, să facă pipi în pat, are un comportament de bebeluș, nu doarme. Adultul plânge, se plânge și caută companie și consolare: *Pulsatilla*.

În toate aceste cazuri, medicamentul se dă la diluții mari: doze de 15 sau 30 CH, de două-trei ori pe zi, pentru stabilizarea dispoziției și comportamentului. Desigur, dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

GELSEMIUM ⌛

Origine

Iasomia sau trâmbița. Iasomia, în doze mici, acționează asupra febrei, dar, în doze mari, provoacă tulburări neurologice importante. Medicamentul homeopatic are și utilizează toate aceste posibilități ale plantei.

Simptome caracteristice

— febră cu cefalee și senzație de abrutizare;
— anxietate de anticipare, tremurături;
— cefalee occipitală;
— paralizie.

Principalele indicații

— gripă;
— paralizie ca urmare a unui virus;
— trac;
— adormit greu cu trac;
— cefalee congestivă cu tulburări vizuale.

Comparații și asocieri

Eupatorium perfoliatum: gripă.
Cyclamen: migrenă oftalmică.

De avut în casă

Gelsemium 9 CH, 1 tub.
Gelsemium 15 CH, 1 doză.
Paragrippe, 1 cutie.

GENUNCHI

Se iau medicamentele următoare timp de zece zile. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

— artroza genunchilor: *Rhus toxicodendron 9 CH* și *Radium bromatum 9 CH*, 5 granule din fiecare de două ori pe zi;
— dureri de menisc: *Petroleum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;
— impresia de slăbiciune în genunchi, care cedează: *Kalium carbonicum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

GINECOMASTIE

Creșterea volumului sânilor este frecventă la adolescente: *Calcarea carbonica 15 CH*, 5 granule pe zi. La bărbatul adult, trebuie neapărat să se consulte medicul.

GINGIVITĂ

Se fac băi de gură cu *Calendula TM*, 30 de picături în jumătate de pahar de apă fiartă și răcită, de 3 ori pe zi, și se ia *Mercurius solubilis 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul sau dentistul.

GLAUCOM 👁

Nu există tratament homeopatic pentru glaucom. Trebuie neapărat mers la oftalmolog.

GLEZNĂ 👁

➢ **Entorsă a gleznei**

În toate cazurile, rănitul trebuie să fie repede examinat de medic, glezna imobilizată și radiografiată la cea mai mică bănuială.

În aşteptarea consultării medicului — cât mai repede posibil:

— *Apis 15 CH*, 5 granule, de repetat de 4 ori în prima oră, în timp ce se pune gheaţă pe articulaţie;

— *Arnica 15 CH*, 1 doză, de repetat după şase ore;

— *Bryonia 5 CH* şi *Ruta 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, din două în două ore, în primele trei zile.

De la începutul reeducării şi pe toată durata ei: *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ **Unele dermatoze se pot localiza la glezne**

Eczemă, infectarea unor înţepături de insecte: se ia atunci sistematic — în afara tratamentului acestei dermatoze —: *Ledum palustre 15 CH*, 5 granule pe zi.

GLOCOINUM

Origine

Nitroglicerina, trinitrina. Medicamentul homeopatic tratează simptomele asemănătoare cu cele ale toxicologiei nitroglicerinei.

Simptome caracteristice

— congestii cerebrale violente, cu cefalee;

— hipertensiune arterială.

Principalele indicaţii

— cefalee congestivă;

— bufee de căldură;

— tahicardie şi hipertensiune arterială.

Comparaţii şi asocieri

Sanguinaria: bufee de căldură.

Belladonna: dureri de cap cu congestia acestuia.

GNAPHALIUM

Origine

Imortela galbenă.

Principalele indicaţii

Sciatică: durerea alternează cu furnicături şi se ameliorează în poziţie aşezat.

Comparaţii şi asocieri

Ammonium muriaticum: sciatică agravată când eşti aşezat.

GOUGEROT-SJÖGREN

Sindromul Gougerot-Sjögren este o maladie auto-imună, care se manifestă prin uscăciunea ochilor, a gurii şi a mucoaselor. Tratamentul homeopatic este complementar tratamentului alopatic: *Belladonna 9 CH* şi *Alumina 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

GRAPHITES

Origine

Plombagina, grafitul pentru creioane.

Simptome caracteristice

— leziuni fisurate şi supurânde ale pliurilor;

— constipaţie, flatulenţă cu hemoroizi;

— încetineală mentală şi genitală.

Principalele indicaţii

— eczemă cu supurare, mai ales la copii, după urechi;

— veruci în jurul unghiilor;

— enterocolită cronică cu constipaţie şi hemoroizi;

— premenopauză cu menstre întârziate şi puţin abundente;

— hipotiroidie.

Graphites este eficace atât la copii, cât şi la adulţi, mai ales la femeile la perimenopauză, care au tendinţă de obezitate, precum şi la femeile anxioase. Tabloul indică deseori o tulburare tiroidiană. E indicat să se facă analizele de cuviinţă.

Comparaţii şi asocieri

Calcarea carbonica: obezitate.

GRATIOLA

Origine

Veninariţa.

Principalele indicații

Diaree după consum de fructe, înghețată sau după ce s-a băut ceva rece. Acest medicament este eficace mai ales vara la copii.

Comparații și asocieri

China 9 CH: îi completează în mod foarte eficace acțiunea. Sunt luate în alternanță după fiecare scaun.

GRĂBIT ✦

Totdeauna grăbit, acționând precipitat: acest comportament indică sensibilitate la *Argenticum nitricum*.

GREAȚĂ

➢ **Greață doar la vederea sau mirosul alimentelor**

Sepia 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

Greață ameliorată mâncând

Ignatia 15 CH, 5 granule pe zi.

Greață în urma unei indigestii, cu impresia că vomatul ar aduce ușurarea

Nux vomica 5 CH, 5 granule din două în două ore.

Greață care nu se ameliorează după vomare

Ipeca 9 CH, 5 granule din două în două ore.

Greață după ce s-a băut cafea

Coffea 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

Vezi GASTRO-ENTERITĂ, VOMĂ, SARCINĂ.

GREUTATE

Creșterea în greutate ocazională și bruscă

Uneori, în urma unui eveniment psihic (doliu, concediere), a unei maladii sau a unei schimbări notabile (renunțarea la fumat), o persoană poate să câștige câteva kilograme în plus (peste zece uneori), deși obiceiurile alimentare nu i s-au schimbat.

Este clar că terenul, modul reacțional al acestei persoane, s-a schimbat sub acțiunea acestui eveniment și tratamentul homeopatic va urmări mai ales originea și reacțiile persoanei în raport cu acest eveniment. Toate marile medicamente cu acțiune psihică pot să fie implicate. În general sunt recomandate în 15 sau 30 CH, 1 doză, repetată de 2-3 ori, pe o perioadă de zece zile.

Creșterea în greutate congenitală care sporește în mod regulat

Unele persoane, în mod ereditar, prezintă o supragreutate constituțională și sunt condamnate să aibă un comportament alimentar revizuit tot timpul pentru slăbire. Persoanele sensibile la *Calcarea carbonica* sau la *Sulfur* prezintă deseori acest inconvenient congenital. Analiza situației arată că alimentația lor, neregulată și deseori deficitară din cauza regimurilor, întreține carențe evidente în nutrimente esențiale. De exemplu, analizele comportamentului alimentar mediu arată că o femeie adultă cu o alimentație variată și bogată nu-și obține aporturile zilnice recomandate (în vitamine și minerale) decât începând de la aproximativ 2500 de calorii; or, valoarea calorică medie a alimentației unei femei este astăzi de 1770 și regimurile de slăbire se situează în general în jur de 1200.

Aceste carențe induc și întrețin un teren cronic care se manifestă tocmai prin creșterea în greutate și infiltrarea celulitică. Tratamentul homeopatic se rezumă la medicamentele specifice acestui teren — de exemplu, *Thuya, Kalium carbonicum, Graphites* —, prin luarea în mod regulat a complementelor nutriterapice pentru restabilirea echilibrului nutrițional și printr-o educație alimentară și dietetică riguroasă.

Creșterea în greutate a marilor mâncăcioși sedentari

Prea multe mese bune, dulciuri, alcool și insuficiente mișcări sau sport duc în mod fatal la o creștere în greutate de cinci până la zece kilograme. Caracterul periodic al acestei creșteri în greutate, alternanța sau concomitența lor cu probleme digestive, alergice, dermatologice sau nervoase, ne ghidează spre un tratament al unui teren care se caracterizează prin dificultățile sale cronice de eliminare, având ca medicamente de fond *Sulfur, Nux vomica* sau *Calcarea carbonica*. O bună igienă alimentară, reluarea exercițiilor fizice, asociate cu medicamentele corespunzătoare, favorizează eliminarea și rezultatele excelente apar foarte repede.

Dificultăți la creșterea în greutate sau la câștigarea în greutate după o boală

Unele persoane sunt prin natura lor prea slabe și, în plus, la cea mai mică gripă sau gastro-enterită, pierd din greutate, pe care nu reușesc s-o recupereze în ciuda unei bune pofte de mâncare.

Tratamentul e format din medicamente de teren, precum *Natrum muriaticum, Silicea* sau *Phosphorus*, și complemente alimentare minerale (*Calcarea compus* sau *Jénovérine* (la copii).

Rezultatele la persoanele prea slabe sunt foarte bune și se observă în mod regulat creșterea în greutate cu câteva kilograme.

La persoanele prea puternice, rezultatele nu trebuie să se măsoare după cântar, ci în funcție de adeziunea persoanei la un proiect terapeutic complet și realist. Regimul e totdeauna prezent alături de medicamente și de complementele nutriterapice; de asemenea, în unele cazuri poate să fie importantă o susținere psihologică.

Tulburări de poftă de mâncare

Medicamentul se ia timp de cel puțin opt zile până la consultarea medicului.

➢ Exces de apetit:

— ronțăirea unor alimente din nervozitate: *Ignatia 15 CH*, 5 granule pe zi;

— mâncat calm în caz de proastă dispoziție: *Anacardium 15 CH*, 5 granule pe zi;

— lăcomie la masă și între mese: *Antimonium crudum 15 CH*, 5 granule pe zi;

— pentru favorizarea regimului și scăderii în greutate: *Bioptimum minceur*, 2 comprimate dimineața și seara, și oligo-elemente (zinc-nichel-cobalt), 5 granule (sau 1 fiolă), de 2 ori pe zi.

➢ Lipsă de apetit:

— pentru stimularea apetitului: *Avena sativa 6 X* și *Alfalfa 6 X*, 3 granule din fiecare de 2 ori pe zi, cu o jumătate de oră înainte de mese, sau *Cereale încolțite 6 X*, 15 picături înainte de mese;

— apetit repede potolit (foarte eficace la sugarii care cer biberonul și se satură imediat): *Lycopodium 5 CH*, 5 granule de două ori pe zi.

➢ Pentru favorizarea eliminării:

— urinare: se ia preparatul următor, 15 picături de 2 ori pe zi:
Berberis 6 X,
Pareira brava 6 X,
Solidago 6 X;

— hepatice: se ia preparatul următor, 15 picături de 2 ori pe zi:
Chelidonium 6 X.
Carduus marianus 6 X,
Hydrastis 6 X,
Cynara 6 X;

— intestinale: se ia preparatul următor, 15 picături de 2 ori pe zi:
Hydrastis 6 X,
Taraxacum 6 X,
Boldo 6 X.

➢ Celulită

Să se ia timp de cel puțin opt zile, în așteptarea consultării medicului: *Natrum sulfuricum 9 CH*, 5 granule pe zi, și 100 de picături într-o sticlă de apă, de băut în timpul zilei, din fiecare din medicamentele următoare:

— *Pilosella TM,*
— *Fucus TM.*

GRINDELIA

Origine

Grindelia robusta.

Principalele indicații

Astm în momentul culcării, cu sufocare.

Comparații și asocieri

Aralia racemosa: cele două medicamente sunt deseori asociate în cazul astmului.

Lachesis: astm seara.

GRIPĂ

Întrebările

Febra e ridicată?

Instalarea ei a fost bruscă sau progresivă?
Care e caracterul febrei (în creștere, stabilizată, oscilantă)?
Există dureri sau curbaturi? În ce loc?
Pacientul are frisoane, sudori? Îi e sete?
Există modificări de comportament (agitație, depresie, coșmaruri)?

Ce trebuie făcut

Oscillococcinum, 1 doză de 3 ori pe zi, timp de două zile, de la primele simptome.

➢ *Și în plus*, timp de două zile:
Paragrippe, 2 comprimate de supt oră de oră.

➢ *Sau:*
L 52, 40 de picături în puțină apă, de 4-5 ori pe zi.

➢ *Sau:*
Unu-două medicamente pentru sindromuri gripale luate în alternanță în 9 CH, 5 granule.

➢ *Și în plus*:
Oligo-elemente de cupru, timp de trei zile:
În granule: *Oligogranul*, 5 granule de 3 ori pe zi.
În fiole: *Oligosol, Granions, Microsol*, 1 fiolă de 3 ori pe zi.

➢ *Și în plus*:
Uleiuri esențiale vor fi foarte utile pentru fluidizarea și dezinfectarea secrețiilor rino-faringiene și bronhice:
— cimbrișor, 1 g;
— pin, 1 g;
— eucalipt, 1 g;
— elixir de papaină, 125 cl.

Se iau 50 de picături de 3 ori pe zi (pentru adult), timp de aproape opt zile.

➢ *Sau:*
Picături cu esențe, 20 de picături de 3 ori pe zi.

La copil, supozitoarele sunt tolerate mult mai ușor: *Camphopneumine*, 1 supozitor dimineața și seara, timp de opt zile.

Medicul trebuie consultat dacă
— aveți dificultăți respiratorii;
— știți că suferiți de o maladie cardiacă;

— aveți arsuri urinare;
— aveți o erupție cutanată;
— vă doare urechea;
— aveți dureri de cap și vomă;
— febra persistă după patruzeci și opt de ore.

GRIPĂ: febra este în prim plan

ACONITUM
Febră bruscă, depășind dintr-o dată 39 de grade Celsius, fața roșie, absența sudorii, angoasă cu agitație.
✧ ***Experiența mea***
Mai ales după o expunere la un frig puternic. Acțiunea poate să fie foarte rapidă (câteva ore).

BELLADONNA
Febră bruscă, 39 de grade Celsius, oscilantă, față roșie, acoperită de sudoare, agravare la lumină, la zgomot.
✧ ***Experiența mea***
Febra poate să oscileze câteva zile.
Atenție la convulsiile copilului mic.

STRAMONIUM
Febră mare, 39 de grade Celsius, congestia feței, coșmaruri.
✧ ***Experiența mea***
Suveran asupra coșmarurilor sau halucinațiilor cauzate de febră, poate fi luat în asociere cu un tratament alopatic.

GRIPĂ: domină durerea

RHUS TOXICODENDRON
Febră mare, progresivă, frisoane, curbaturi la spate și picioare, nevoia de schimbare a poziției din cauza durerilor, gât uscat.
✧ ***Experiența mea***
Frecvent în cazul epidemiilor de gripă, survenite în perioadele umede, cu frig moderat.

EUPATORIUM PERFOLIATUM
Febră foarte ridicată (39 de grade Celsius), durere intensă în oase, cap; globii oculari sunt foarte sensibili.

✧ *Experienţa mea*

Este cel mai important medicament al gripei cu dureri caracteristice.

GELSEMIUM

Febră bruscă, foarte ridicată, prostraţie şi depresie foarte accentuată, dureri de cap, rigiditatea cefei, absenţa setei.

✧ *Experienţa mea*

Frecvent în cazul epidemiilor survenite pe timp călduţ sau primăvara. Atenţie în cazul vomei, a rigidităţii cefei şi a durerii la mişcarea capului: trebuie chemat medicul.

GRIPĂ: domină simptomele ORL sau tusea

BRYONIA

Febră progresivă, moderată, senzaţie de uscăciune, sete, durere ascuţită în trahee şi bronhii; tusea e dureroasă.

✧ *Experienţa mea*

Atenţie la o suprainfecţie bronşică.

FERRUM PHOSPHORICUM

Febra e moderată, inflamaţie a timpanelor sau a bronhiilor; tusea e seacă şi dureroasă.

✧ *Experienţa mea*

Atenţie la urechi.

HEPAR SULFUR

Febra poate să fie mare şi bruscă; durere ascuţită, ca cea provocată de o aşchie, în gât sau laringe.

✧ *Experienţa mea*

Atenţie la o laringită acută la copil sau la o supurare a amigdalelor.

În timpul iernii anului 1999, vremea fiind relativ blândă şi foarte umedă, o epidemie de gripă a trecut peste Franţa, provocând îmbolnăvirea unui număr foarte mare de persoane, care prezentau aproape toate aceleaşi simptome: curbaturi cu nevoie de mişcare, o puternică sensibilitate a muşchilor şi a globilor oculari şi o mare sensibilitate la frig.

➤ OSCILLOCOCCINUM, 1 doză, de trei ori pe zi, timp de două zile.

➤ RHUS TOXICODENDRON 9 CH şi EUPATORIUM PERFOLIATUM 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră. Tratamentul trebuie rărit în funcţie de ameliorare.

În ianuarie 1985, pe o vreme foarte rece şi uscată, o epidemie a afectat numeroase persoane, provocând o febră bruscă foarte mare, fără sudoare, însoţită de anxietate.

➤ OSCILLOCOCCINUM, 1 doză de trei ori pe zi, timp de două zile.

➤ ACONIT 9 CH, 5 granule, din oră în oră, de patru-cinci ori.

Georgette, în vârstă de 62 de ani, în urma unei gripe, se simte foarte obosită, anxioasă, doarme foarte prost şi încă mai tuşeşte, deşi i s-a administrat antibiotice timp de şapte zile.

➤ SULFUR IODATUM 9 CH, 5 granule, dimineaţa, timp de opt zile.

➤ CHINA 9 CH şi KALIUM PHOSPHORICUM 9 CH, 5 granule din fiecare, înainte de cele două mese.

➤ INFLUENZINUM 15 CH, 1 doză.

GUST

Se face timp de opt zile tratamentul următor. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

— pierderea gustului în urma unui guturai: *Pulsatilla 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— toate alimentele par amare sau sărate: *China 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— amăreală în gură: *Chelidonium 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— gust de cocleală: *Argentum nitricum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— gust de grăsime: *Cyclamen 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— gust de ou stricat: *Arnica 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— gust fetid: *Mercurius solubilis 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— gust dulce: *Stannum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

GUȘĂ

Orice gușă trebuie să ducă la analize și la un tratament specific prescris de medic.

GUTĂ

Guta se datorează unui exces de acid uric în sânge, depunerile de cristale în articulații provocând dureri foarte puternice, îndeosebi la nivelul degetului gros de la picior, al gleznelor sau genunchilor.

În caz de criză, tratamentul clasic se dovedește foarte eficace. El va putea să fie completat cu: *Apis 15 CH* și *Bryonia 9 CH*, 5 granule, în alternanță, la fiecare oră.

În schimb, în hiperuricemia cronică, tratamentul de fond homeopatic este foarte eficace. Oricum, trebuie să consultați medicul. Între timp, se ia *Dissolvurol*, 50 de picături dimineața și seara.

GUTURAI

Întrebările

În ce stadiu e guturaiul (debut, bine instalat, sechele)?
Ce simptome domină (nas înfundat, rinită, tuse)?
Care e aspectul scurgerii (limpede, groasă, galben-verzuie)?
E blând, iritant?

Ce trebuie făcut

Se ia de la primele simptome *Oscillococcinum*, 1 doză, de repetat de 3 ori pe zi, timp de două zile.

➢ *Și în plus*:

Unul sau două medicamente alese din lista de mai jos, în 9 CH, 5 granule din oră în oră.

➢ *Și în plus*:

Dezinfectare nazală cu ser fiziologic.

➢ *Și în plus*:

Oligo-elemente de cupru sub formă de fiole (3 pe zi pentru adulți) sau granule (*Oligogranul*), mai ușor de luat pentru copii (5 granule de două ori pe zi, timp de trei zile).

În toate cazurile, tratamentul poate să fie completat cu uleiuri esențiale sub formă de picături ușor de băut sau sub formă de inhalație, ca în preparatul următor:

— cimbrișor (1 g);
— pin (1 g);
— eucalipt (1 g);
— elixir de papaină (125 cl).

Se iau 50 de picături de 3 ori pe zi (pentru adult), într-un pahar cu apă, timp de cel puțin opt zile. Pentru copii, se recomandă supozitoare precum *Campho-pneumine*, 1 supozitor dimineața și seara.

Trebuie consultat medicul dacă

— scurgerea devine purulentă în ciuda tratamentului;
— guturaiurile se înlănțuie fără pauză, pentru a se face un tratament de fond.

GUTURAI: începe cu o febră mare

ACONITUM

Febră mare, bruscă, cu înroșirea feței, fără sudoare.

✧ ***Experiența mea***

Febra poate să fie de scurtă durată, dar *Aconitum* este un medicament foarte bun pentru tratarea mucoaselor inflamate.

BELLADONNA

Febră mare, deseori oscilantă, cu congestia feței acoperită de sudoare; mucoasele sunt uscate și fierbinți.

✧ ***Experiența mea***

Există o durere faringiană la început înainte de rinită.

GELSEMIUM

Febră mare, cu senzație de abrutizare și dureri de cap; scurgerea din nas e limpede și abundentă.

✧ ***Experiența mea***

Absența setei și a reacției constituie diferența față de celelalte două medicamente.

GUTURAI: începe cu frisoane, nas înfundat și strănuturi

NUX VOMICA
Nas înfundat noaptea, cu strănuturi la trezire și rinită clară, multe frisoane.
✧ ***Experiența mea***
E prezentă și dispoziția proastă.

STICTA PULMONARIA
Senzație de nas înfundat, de congestie la rădăcină, cu dorință de ștergere a nasului, fără rezultat.
✧ ***Experiența mea***
Uneori se manifestă o tuse seacă continuă.

FERRUM PHOSPHORICUM
Febră moderată, cu dureri ale mucoaselor traheei și urechilor.
✧ ***Experiența mea***
Foarte bun medicament preventiv al complicațiilor bronhice sau ale urechilor.

Henri, în vârstă de 31 de ani, se trezește cu senzație de nas înfundat, simte că îi este frig și, abia sculat, strănută de câteva ori. Știe, din experiență, că dacă nu se tratează, guturaiul care începe va dura aproape două săptămâni.

➢ OSCILLOCOCCINUM, 1 doză, de două ori pe zi, timp de două zile.

➢ STICTA PULMONARIA 9 CH și NUX VOMICA 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră. Tratamentul trebuie rărit în funcție de ameliorare.

GUTURAI: e instalat cu o scurgere limpede

ALLIUM CEPA
E rinita cu strănuturi, scurgere abundentă, iritantă și ușoară lăcrimare.
✧ ***Experiența mea***
Simptomele sunt ameliorate la aer curat și răcoros.

EUPHRASIA
În special lăcrimarea e iritantă, în timp ce rinita e blândă; totul se ameliorează la căldură, în interior.

✧ ***Experiența mea***
Se mai manifestă și o tuse seacă iritantă numai ziua.

ARSENICUM ALBUM
Mică scurgere limpede, ameliorată de căldura locală.
✧ ***Experiența mea***
Uneori se manifestă o anxietate și o agravare nocturnă a simptomelor.

Nicolas, în vârstă de 18 ani se plânge de douăzeci și patru de ore de rinită cu strănutat. Se simte abătut. Totul se ameliorează în aer liber.

➢ ALLIUM CEPA 9 CH și GELSEMIUM 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

GUTURAI: e instalat cu o scurgere groasă

PULSATILLA
Scurgerea e de un galben deschis, neiritantă, dar tenace; o tuse seacă ziua și grasă noaptea completează tabloul.
✧ ***Experiența mea***
Atenție la urechi; la copiii fragili să se dea mai bine în 9 CH.

MERCURIUS SOLUBILIS
Scurgere mucopurulentă verzuie, cu dureri ale mucoaselor faringiene.

KALIUM BICHROMICUM
Scurgerile sunt foarte groase, formând dopuri și mucozități, durere a sinusurilor frontale.

Thomas, în vârstă de 3 ani, are o rinofaringită de patruzeeci și opt de ore, nasul îi curge galben-verzui și tușește; febra se menține sub 38,5 grade Celsius.

➢ KALIUM BICHROMICUM 9 CH și MERCURIUS SOLUBILIS 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

✧ ***Experiența mea***
Aceste două medicamente sunt prescrise de cele mai multe ori în alternanță, în 9 CH, 5 granule din oră în oră. Deseori, sunt asociate medicamente de supurație (*vezi SUPURAȚIE*).

GUTURAI: trenează ca durată

SULFUR IODATUM

O mică rinită şi o tuse trenează multă vreme după guturai sau gripă.

✧ ***Experienţa mea***

Medicamentul clasic al convalescenţelor, în 9 CH, 5 granule dimineaţa şi seara, timp de zece zile.

SILICEA

Scurgere purulentă cronică, galbenă, lipicioasă.

✧ ***Experienţa mea***

Acesta e cazul când există o problemă de teren cronic marcat de oboseală şi slăbire.

DROSERA

Accesele de tuse mai ales nocturne continuă, deşi guturaiul a dispărut de multă vreme.

✧ ***Experienţa mea***

Medicamentul clasic al accesului de tuse în 15 CH, 1 doză, 2-3 seri la rând.

H

HAHNEMANN (fondatorul homeopatiei)

Christian Friedrich Samuel Hahnemann s-a născut în 1755 la Meissen, în Saxa, celebră pentru manufactura de porţelan unde lucra tatăl lui. A făcut studii de medicină la Leipzig, apoi la Viena. Viaţa lui Hahnemann a fost revoluţionară şi romanescă totodată, după imaginea epocii sale.

Revoluţionară: critica violentă a practicilor medicale din vremea sa, independenţa de spirit, rigoarea observaţiei şi a experienţei, refuzul de a se închide într-un sistem teoretic au constituit calităţile esenţiale ale unui om şi unui cercetător animat de voinţa de a trata şi vindeca.

Romanescă: o viaţa itinerantă, marcată când de succese, recunoaştere şi onoruri, când de atacuri şi procese. La optzeci de ani, Hahnemann se căsătoreşte a doua oară cu o franţuzoaică de treizeci de ani, Mélanie d'Hervilly-Gohier, şi se instalează la Paris, unde şi moare în 1843, la vârsta de optzeci şi opt de ani.

Pentru a înţelege opera lui Hahnemann, trebuie să avem în vedere propria sa carieră medicală şi ştiinţifică, precum şi dezvoltarea medicinei din epoca sa.

Hahnemann a fost foarte repede dezamăgit de practica medicinei. În schimb, a publicat câteva lucrări remarcabile care dovedesc marea sa competenţă în toxicologie: *Despre otrăvirea cu arsenic, tratarea şi constatarea ei din punct de vedere legal*; precum şi *Instrucţiuni pentru chirurgi privind bolile venerice.*

Preocuparea sa majoră a fost farmacologia, adică aflarea unor medicamente eficace şi fără efecte secundare. Intuiţia sa a constat în

faptul că a făcut o sinteză între aceste două idei care pluteau în aer în epoca sa şi constatarea personală; geniul său l-a constituit faptul că a obţinut de aici o metodă experimentală şi o medicină a experienţei.

Prima idee constă în necesitatea unor observaţii obiective şi, în special, în necesitatea de a experimenta medicamentele pe omul sănătos pentru a le cunoaşte efectele exacte.

A doua idee este noţiunea de similitudine descrisă deja de şcoala hipocratică, enunţând că unele substanţe care provoacă maladii pot să vindece. Această noţiune de similitudine îşi găseşte o confirmare deosebită în 1796, când Jenner face prima vaccinare. Acesta constată că persoanele care au contractat o maladie a vacii, „vaccina", foarte asemănătoare cu variola şi benignă pentru om, sunt imunizate împotriva variolei.

Dar momentul-cheie al descoperirii lui Hahnemann, pe care îl descrie el însuşi ca „aurora care luminează acum şi mai puternic terapeutica", a fost experienţa pe care a făcut-o asupra lui însuşi cu scoarţă din arborele de chinină, foarte folosită pe vremea sa la tratarea febrei intermitente (paludism). Constatând incoerenţa descrierii efectelor secundare ale acestui medicament, se hotărăşte să-l ia el însuşi pentru a-i constata efectele exacte (experimentare pe om sănătos). Hahnemann a simţit simptomele ce se considera să sunt vindecabile cu acest medicament (similitudine). Această experienţă toxicologică l-a făcut să verifice prin experienţă terapeutică posibilităţile curative ale unei farmacologii bazate pe similitudine.

În 1796, Hahnemann publică *Eseu despre un nou principiu pentru descoperirea calităţilor curative ale substanţelor medicinale...* Homeopatia se născuse, iar definiţia pe care el o dă este aceea a unei metode farmacologice în slujba unei practici terapeutice care constă în a da bolnavului, ca medicament, o substanţă susceptibilă de a provoca la un individ sănătos o asemănătoare (*homoios*) suferinţă (*pathos*).

Mai târziu, încercând să obţină efectul optim al medicamentelor fără efecte secundare, Hahnemann a pus la punct o tehnică de fabricare originală: infinitezimalul (*vezi DILUŢIE, DINAMIZARE*).

Experienţele l-au dus şi la o reflecţie asupra tratamentului bolilor cronice, pentru care a descris cu o mare precizie acţiunea a numeroase medicamente (*vezi TEREN*).

Hahnemann, departe de a fi promotorul unei concepţii medicale rigide sau al unei filozofii, este înainte de orice un farmacolog care ne-a lăsat moştenire cheile unei farmacopei originale. Această

farmacopee a fost pe larg parcursă, utilizată, verificată şi perfecţionată de două secole de un număr tot mai mare de medici. Ea a dus, de mai bine de treizeci de ani, la numeroase cercetări medicale, care confirmă intuiţia şi munca lui C.F.S. Hahnemann.

HALUCINAŢIE

Percepţie anormală. În toate cazurile, se ia: *Hyoscyamus 15 CH*, 1 doză, trei zile la rând.

HAMAMELIS

Origine

Hamamelis (arbust cu flori galbene din Statele Unite). Planta este cunoscută pentru calităţile sale venotonice. Medicamentul homeopatic confirmă această acţiune.

Principalele indicaţii

— varice;
— hemoroizi.

Comparaţii şi asocieri

În general în asociere cu alte medicamente venotonice, precum *Aesculus*, în preparate: *Aesculus compus* sau *Hamamelis compus*.

HEDEOMA

Origine

Busuioc american.

Principalele indicaţii

Artroza degetului mare (rizartroză), tendinita tendonului lui Ahile.

HEDERA HELIX

Origine

Iedera căţărătoare.

Principalele indicații
Oboseală, insomnie și hiperemotivitate, în general la o femeie cu menstre întârziate.

Comparații și asocieri
Pulsatilla: emotivitate și menstre întârziate.

HEKLA LAVA

Origine
Lava de pe muntele Hekla (Islanda).

Principalele indicații
Toate exostozele sau formările de excrescențe osoase: spin calcaneu, exostoză vertebrală, osteofit.

Comparații și asocieri
Calcarea fluorica: excrescențe osoase.

HELIANTHUS

Origine
Floarea-soarelui.

Principalele indicații
— dureri de splină;
— febră periodică la foștii bolnavi de paludism.

HELLEBORUS

Origine
Spânzul negru.

Principalele indicații
Acest medicament se folosea altădată cu succes de către medicii homeopați în cazul comei de origine infecțioasă sau traumatică. Astăzi, folosirea lui o hotărăște numai medicul și poate fi avută în vedere după ce au fost luate toate măsurile de reanimare.

HEMATOM

Pentru orice hematom sau cucui: *Arnica 9 CH*, 5 granule, de repetat de 3-4 ori pe zi.

HEMATURIE

Sânge în urină: în toate cazurile, trebuie să se consulte medicul. Poate să fie vorba de o cistită, dar și de un polip în vezică, de un calcul pe căile urinare sau de unele maladii ale rinichilor.

Uneori, o hematurie microscopică este detectată la analiza urinei. Atunci se prescriu analize complete pentru depistarea cauzei. Prezența acestei cantități atât de mici de sânge în urină se constată uneori la persoanele cu o muncă fizică importantă: se ia atunci *Arnica 9 CH*, 5 granule în fiecare seară.

HEMIPLEGIE

Paralizie a unei jumătăți a corpului, datorată unei leziuni a sistemului nervos. Când această hemiplegie apare în urma unui accident vascular cerebral, pe lângă reeducare și tratamentul cauzei, se vor adăuga: *Gelsemium 15 CH*, 5 granule dimineața și seara, și *Natrum sulfuricum 15 CH*, 1 doză pe zi, în primele opt zile.

Apoi, în timpul reeducării: *Causticum 15 CH*, 5 granule pe zi, și *Rhus toxicodendron*, 5 granule de 2 ori pe zi.

HEMORAGIE

Nu există tratament homeopatic pentru hemoragiile acute accidentale: rănile se leagă strâns și se merge foarte rapid la serviciul de urgență.

— hemoragie nazală: *vezi EPISTAXIS*;
— hemoragie ginecologică: *vezi METRORAGIE*;
— prevenirea hemoragiilor înaintea unei intervenții chirurgicale: *Phosphorus 15 CH*, 1 doză în ajunul operației, precum și *Arnica 9 CH* și *China 9 CH*, 5 granule din fiecare de două ori pe zi, timp de opt zile înainte de operație.

Înainte de naştere, nu trebuie să se ia *Arnica* în diluţie prea joasă (4-5 CH), decât dacă se opreşte tratamentul cu câteva zile înainte. În schimb, doze de *Arnica 15 CH* vor fi foarte eficace imediat după. *Vezi NAŞTERE.*

HEMOROIZI

Se ia timp de patruzeci şi opt de ore, până la consultarea medicului:

➤ **Sistematic**

Arnica 9 CH, 5 granule dimineaţa şi seara.

➤ **Şi**

Aesculus compus, 15 picături la fiecare două ore.

➤ **Şi**

Alifie sau supozitor *Aesculus compus* sau *Avenoc*.

➤ **Şi**

Lachesis 9 CH, 5 granule de 4 ori pe zi, dacă hemoroizii sunt extrem de tari.

➤ **Sau**

Nux vomica 5 CH, 5 granule de 4 ori pe zi, dacă e vorba de hemoroizi inflamaţi în urma unor excese alimentare.

Atenţie: nu orice sângerare înseamnă hemoroizi, iar persistenţa ei trebuie să vă îndemne să consultaţi medicul.

Veronique este gravidă în şase luni şi se plânge de dureri hemoroidale acute, cu o senzaţie de contuzie, de arsură şi de prurit.

➤ ARNICA 9 CH şi CARDUUS MARIANUS 5 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

➤ AESCULUS COMPUS, 20 de picături, de trei ori pe zi.

➤ Se aplică local pomadă AESCULUS COMPUS, de trei ori pe zi.

Apoi se ia, până în luna a opta:

➤ SEPIA CUMPUS, 15 picături, de trei ori pe zi.

Marcel, în vârstă de 40 de ani, se plânge de dureri hemoroidale acute, cu o senzaţie de constricţie, de arsură, de dureri pulsânde. Examenul arată hemoroizi proeminenţi, violacei, evocând o tromboză.

➤ ARNICA 9 CH şi LACHESIS 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

➤ AESCULUS COMPUS, 20 de picături, de trei ori pe zi.

➤ Se aplică local pomadă AESCULUS COMPUS, de trei ori pe zi.

HEPAR SULFUR

Origine

Este un amestec de sulf şi de calcar din cochilia de stridie. Experimentarea homeopatică şi utilizarea terapeutică arată că acţiunea acestui medicament acoperă pe cele ale celor doi constituenţi ai săi: inflamaţia şi supurarea (sulf), hipersensibilitate (*Calcarea carbonica*).

Simptome caracteristice

— hiperstezie, intoleranţă la cea mai mică atingere;
— dureri ca nişte înţepături de spin sau aşchie;
— secreţii purulente.

Principalele indicaţii

➤ ***Procese supurative***

Diluţiile joase (5 CH) favorizează formarea şi evacuarea puroiului. Ele nu pot fi deci utilizate decât atunci când leziunea este deschisă şi puroiul se evacuează, de exemplu în caz de abces deschis.

Diluţiile mari (15 sau 3O CH) seacă şi resorb formarea puroiului. Vor fi deci folosite de preferinţă pentru a opri o supurare într-un focar închis: sinus, ureche internă, abces dentar.

➤ ***Laringită acută***

Comparaţii şi asocieri

Pyrogenium: ca un complementar sistematic în cazul supurărilor.
Sambucus 5 CH şi *Spongia 5 CH*: laringită acută.

De avut în casă

Hepar sulfur 15 CH.

HEPATITĂ

Orice icter (sau gălbinare) trebuie să vă determine să consultați medicul foarte repede, pentru analize complete, pentru detectarea exactă a cauzei maladiei.

➢ **Hepatite virale cauzate de un virus A, B sau C**

Dacă urmările virusului A sunt în general benigne, hepatita B poate să fie foarte gravă în faza acută, iar hepatita C poate să devină cronică, cu risc de complicații (ciroză în special).

➢ **Hepatită toxică**

Provocată de un medicament sau de o substanță toxică.

➢ **Icter (gălbinare) provocat de un obstacol pe căile biliare**

Calculi și infecții.

Decizia terapeutică nu poate fi aceeași în toate cazurile. De aceea trebuie consultat imediat medicul pentru analize: sânge și ecografie.

În toate cazurile de afecțiune hepatică, un medicament homeopatic va fi foarte folositor: *Phosphorus 15 CH*, 1 doză dimineața și seara, timp de minimum cincisprezece zile.

➢ **În timpul convalescenței hepatitei virale**

Homeopatia va fi și în acest caz eficace pentru regularizarea funcțiilor hepato-biliare: *Chelidonium compus* sau *Hepatodrainol*, 15 picături de 3 ori pe zi, timp de minimum o lună, iar pentru a atenua oboseala și lipsa de poftă de mâncare: *Cereale încolțite 6 X*, 15 picături de 3 ori pe zi.

HERNIE

➢ **Hernie hiatală**

Argentum nitricum 9 CH, 5 granule în fiecare dimineață, *Robinia 4 CH* și *Iris versicolor 4 CH*, 5 granule din fiecare, înainte de cele două mese principale. În plus, trebuie să vă supravegheați alimentația, pentru evitarea balonărilor și acidității, și trebuie să aveți grijă să nu purtați haine prea strânse. În fine, o reeducare a rahisului lombar și a respirației va permite replasarea herniei. Dacă simptomele persistă, consultați medicul. Recurgerea la intervenția chirurgicală e foarte rară.

➢ **Hernie inghinală sau crurală**

Operația e obligatorie. Se iau, după operație, *Calcarea fluorica 9 CH*, 5 granule pe zi, și *Nux vomica 9 CH*, 5 granule înainte de mese.

➢ **Hernie de disc**

Bineînțeles, odihna e indispensabilă. Dacă operația nu e urgentă, se iau între timp: *Apis 15 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, *Calcarea fluorica 9 CH* și *Hypericum 15 CH*, 5 granule, în alternanță, la fiecare oră.

HERPES

Herpesul este o maladie virală care se caracterizează prin erupții de vezicule, fie la nivelul gurii sau nasului (virus de tip I), fie la nivelul mucoaselor genitale (virus de tip II).

Primul puseu e marcat de semne de infecție clare: febră și ganglioni dureroși.

La unele persoane, aceasta va fi prima și ultima manifestare a virusului din viața lor; la altele, dimpotrivă, veziculele reapar periodic și par să fie declanșate de evenimente precum soarele, menstrele, febra sau stresul.

Fiecare puseu debutează cu un edem, urmează una sau mai multe vezicule și apoi cojile.

Tratamentul homeopatic este foarte eficace atât în plan simptomatic, cât și în privința recidivelor. Dar, ca totdeauna, eficacitatea tratamentului puseelor este legată de acțiunea tratamentului terenului.

Puseele de herpes bucal

Se produc în urma unor evenimente precise, ușor reperabile, precum expunerea la soare, febra sau stresul, și alternează cu alte maladii dermatologice, alergice sau generale. Ele sunt unele dintre manifestările de teren care se tratează cu medicamente de fond, precum *Sulfur, Lycopodium, Arsenicum album* și, în cazul herpesului labial solar în mod deosebit, *Natrum muriaticum*.

Puseele de herpes genital

Apar la fiecare ciclu, înainte sau în timpul menstrelor, sau cu ocazia unor emoții sau supărări.

Localizarea genitală şi caracterul recidivant indică *Thuya* sau *Medorrhinum* şi foarte des *Sepia*, ale căror caracteristici reacţionale corespund foarte bine celor mai multe cazuri de herpes genital.

Declanşarea în urma unui stres indică medicamente precum *Staphysagria* sau *Ignatia*.

Medicamentele de teren sunt prescrise în general în doze lunare în 15 CH, timp de cel puţin şase luni.

Bineînţeles, în aceste două cazuri, medicamentele simptomatice vor fi date la fiecare criză şi se vor alege după localizarea şi aspectul leziunilor. De la primele simptome, edem cu senzaţie de înţepare: *Apis 15 CH*, 5 granule de 3-4 ori în primele două ore.

➢ Apoi:

Rhus toxicodendron 15 CH, 1 doză, de repetat după şase ore.

➢ Şi local:

Labiacalm, 1 aplicare la şase ore.

Apoi, dacă herpesul se declanşează:

➢ La buză, ca un coş (veziculă mare, plină cu un lichid galben): *Cantharis 5 CH*, 5 granule din două în două ore.

➢ La buză, îngrămădire de vezicule mici:

Rhus vernix 5 CH, 5 granule din două în două ore.

➢ Genital, la femeie, îngrămădire de vezicule cu o senzaţie de arsură:

Croton 5 CH, 5 granule la fiecare două ore.

➢ Genital, la bărbat, ca nişte ulceraţii:

Borax 5 CH, 5 granule la fiecare două ore.

Caracterul recidivant al herpesului aminteşte că puseele lui sunt manifestarea unui teren cronic şi că tratamentul de fond e primordial.

Orice herpes la ochi trebuie arătat imediat medicului.

Prima infecţie herpetică la copil

Primul contact cu virusul herpesului se manifestă deseori la copil printr-o infecţie foarte importantă la nivelul gurii şi al gâtului, cu foarte multe vezicule; se constată o febră ridicată, cu ganglioni şi o alterare a stării generale. Copilul trebuie dus repede la medic. Între timp, trebuie să i se dea *Mercurius corrosivus 9 CH* şi *Arsenicum album 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, oră de oră.

Veronique, în vârstă de 39 de ani, se plânge de pusee de herpes genital, ritmate de ciclurile menstruale. Apare o plagă roşie şi fierbinte, cu mici vezicule, care se cicatrizează într-o săptămână.

➢ SEPIA 9 CH, 5 granule, dimineaţa.

În caz de criză, se ia două-trei zile:

➢ CROTON 9 CH şi RHUS TOXICODENDRON 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

Agatha, în vârstă de 44 de ani, se plânge de la optsprezece ani de pusee de herpes labial, care reapar la soare sau cu ocazia unor sindromuri gripale.

➢ NATRIUM MURIATICUM 15 CH, 1 doză pe săptămână.

În caz de criză, se ia timp de două-trei zile:

➢ CATHARSIS 9 CH şi RHUS TOXICODENDRON 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

HIDARTROZĂ ◉

Umflarea unei articulaţii în urma unui traumatism sau a unei inflamaţii acute. Trebuie imobilizată articulaţia şi consultat repede medicul. Până atunci, se iau *Apis 15 CH* şi *Bryonia 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

HIDROFOBIE

Teama de apă: *Stramonium 15 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar.

HIGROMĂ

Inflamaţia micilor burse seroase ale cotului sau ale genunchiului: *Apis 15 CH* şi *Bryonia 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din două în două ore. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

HIPERCHERATOZĂ

— îngroşare a pielii care devine cornoasă şi tare: *Antimonium crudum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de o lună. Dacă simptomele persistă, trebuie să se consulte medicul;

— hipercheratoză localizată pe mâini: se adaugă *Sepia 9 CH*, 5 granule pe zi.

HIPERSTEZIE

Exagerarea sensibilităţii indică medicamente precise şi foarte eficace. Să se ia medicamentele indicate, 5 granule de 2-3 ori pe zi.

— hiperstezie a tuturor simţurilor: *Ignatia 15 CH* şi *Coffea 15 CH*;

— hiperstezie la durere, care te face foarte iritabil: *Chamomilla 15 CH*;

— hiperstezie la nivelul unei inflamaţii: *Hepar sulfur 15 CH*;

— hiperstezie a pielii la suprafaţă, la atingere uşoară: *Kalium carbonicum*.

Vezi DURERE.

HIPERTENSIUNE

Când hipertensiunea e moderată şi recentă, evoluează încă în mod spasmodic, neregulat şi reacţionează bine la medicamentele homeopatice. Acestea acţionează asupra fenomenelor congestive: *Sulfur, Lachesis, Aurum*, sau asupra stresului: *Nux vomica* sau *Ignatia*. Aceste medicamente se iau în diluţii de 9 sau 15 CH, pe perioade lungi, evitând sau întârziind luarea medicamentelor antidepresoare. Mai târziu, ele permit stabilizarea medicamentelor la doze moderate.

Se înţelege de la sine că o eliminare a greutăţii suplimentare şi o igienă de viaţă corespunzătoare — alimentaţie, somn, exerciţii fizice — sunt indispensabile reuşitei tratamentului. În plus, plante foarte eficace pot să constituie un complement — precum măslinul sau mesteacănul —, sub formă de infuzii sau comprimate. Cereţi farmacistului să vă pregătească o infuzie pe bază de măslin, vin roşu şi mesteacăn.

Luaţi *Arnica 9 CH* şi *Aurum muriaticum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi. Acest tip de tratament nu se aplică decât hipertensiunilor recente, moderate şi instabile. În toate cazurile, se recomandă analize complete şi supravegherea regulată a tensiunii.

HIPOCRATIC

Gândirea medicală hipocratică inspiră practica medicinii homeopatice în mai multe privinţe.

Este mai întâi o medicină experimentală, al cărei singur obiectiv este de a trata, a vindeca, în afara oricărei teorii preconcepute. Ea este în serviciul bolnavului, nu a dogmei.

Apoi, este o medicină care respectă individul în globalitatea sa psihosomatică, ţinând cont de toate reacţiile sale, atât fizice cât şi psihice, precum şi de mediul înconjurător.

HIPOGLICEMIE

Scăderea bruscă a zahărului din sânge provoacă tulburări care pot ajunge în cazul diabeticului până la comă. În cazul oricărei tulburări hipoglicemice — foame bruscă, cu transpiraţie şi oboseală intensă —, trebuie consultat medicul, care va încerca să depisteze un diabet declarat sau un teren diabetic. De multe ori analizele sunt negative şi aceste tulburări sunt o formă de spasmofilie, trădând o digestie prea rapidă a zaharurilor. Atunci trebuie echilibrată alimentaţia evitând zaharurile rapide — zahăr, prăjituri dulci, dulceaţă — şi luând în mod regulat zaharuri lente — paste, orez, griş. Se mai iau, zilnic: *Nux vomnica 9 CH*, 5 granule dimineaţa, şi oligo-elemente (zinc, nichel, cobalt), o fiolă sau 5 granule în fiecare dimineaţă.

HIPOTENSIUNE

Este deseori dificil să se determine dacă oboseala este cauzată de hipotensiune sau invers. Medicul homeopat abordează totdeauna bolnavii în globalitatea lor şi va spune că sunteţi hipotensiv şi obosit. Această asociere de simptome indică următorul tratament: *Natrum muriaticum 15 CH*, 5 granule în fiecare dimineaţă, şi *Silicea 15 CH*, 5 granule seara, timp de zece zile. Va fi necesar un tratament de fond al oboselii sau al anxietăţii.

HIRSUTISM

Această exagerare a sistemului pilos se datorează unei perturbări endocrine. Analizele sunt deci necesare. În absența unei patologii tumorale, se propun în general pilule cu acțiune antiandrogenică. Se poate mai întâi încerca, cu ajutorul medicului homeopat, un tratament de fond homeopatic, în special *DHA-S 15 CH*, 5 granule pe zi, timp de două luni.

HISTAMINUM

Origine
Histamina.

Principalele indicații
Toate formele de alergie.

Comparații și asocieri
Poumon histamine: alergie.

HOLERA

Acțiunea medicamentelor homeopatice asupra holerei a constituit în secolul al XIX-lea unul dintre motivele dezvoltării homeopatiei în Europa. Recent, medicii homeopați francezi și-au adus contribuția în cazul unei epidemii de holeră apărută în Peru. Acțiunea lor a arătat că:

— tratamentul homeopatic este foarte eficace și permite reducerea timpului de reanimare și de îngrijire;

— costul scăzut este un avantaj considerabil în cazul unei epidemii.

Aceeași constatare a fost făcută și publicată de pediatri, în Nicaragua, în cazul tratamentelor gastro-enteritelor acute.

HOMEOPLASMINĂ

Origine
Specialitate homeopatică, alifie.

Principalele indicații
— iritația pielii, crăpături, mici arsuri;
— rino-faringită.

HORMON

Orice substanță activă din punct de vedere farmacologic este susceptibilă să devină un medicament homeopatic. Hormonii sunt substanțe cu activitate farmacologică deosebit de puternică și experiența terapeutică arată că au o activitate importantă în terapeutica homeopatică.

Ei sunt folosiți mai ales în domeniul ginecologic, unde importanța lor e fundamentală.

— *Folliculinum* asupra sindromului premenstrual;
— *Progesteronum* sau *Luteinum* asupra hiperprogesteronemiei;
— *Testosteron* sau *DHA-S* asupra hiperandrogeniei;
— *FSH* sau *LHRH* asupra bufeelor de căldură.

Utilizarea lor este hotărâtă numai de medic.

HYDRASTIS

Origine
Hydrastis canadensis este o plantă originară din Canada. Medicamentul homeopatic acționează asupra mucoaselor digestive, ORL și asupra stării generale.

Principalele simptome
— secreții galbene, groase, vâscoase;
— greață, constipație, dureri hepatice;
— slăbire.

Principalele indicații
— rinită, sinuzită;
— aftă;
— insuficiență hepatică, cu constipație.

Comparații și asocieri
Kalium bichromicum: sinuzită.

Borax: aftă.
Chelidonium: insuficiență hepato-veziculară.

HYDROCYANICUM ACIDUM

Origine
Acidul cianhidric, deosebit de toxic asupra centrilor respiratorii, sistemului nervos şi inimii. Medicamentul homeopatic acționează asupra unor sisteme precise, care sunt de domeniul prescripției medicale.

Principalele indicații
Spasme la nivelul esofagului (indicat la fumători).
➢ ***Prescripție medicală:***
— dificultăți respiratorii în cazul bronşitelor acute sau a problemelor cardiace;
— anghină pectorală sau tulburări ale ritmului.

HYOSCYAMUS

Origine
Măselarița, care conține, ca şi mătrăguna (*Belladonna*) sau *Datura stramonium (Stramonium)*, alcaloizi puternici, acționează îndeosebi asupra sistemului nervos şi asupra mucoaselor.

Principalele simptome
— tremurături, spasme musculare;
— delir verbal, provocare, exhibiționism;
— agravare în momentul culcării şi noaptea;
— uscăciune a mucoaselor.

Principalele indicații
— agitația copilului la culcare;
— tuse sau criză de astm la culcare;
— sughiț, în special după intervenții chirurgicale.

Comparații şi asocieri
Stramonium: delir şi spaime nocturne.
Belladonna: uscăciunea mucoaselor.

HYPERICUM

Origine
Sunătoarea.

Principalele indicații
— străfulgerări dureroase ale terminațiunilor nervoase, în special ale dinților şi coccisului;
— nevralgii cu străfulgerări dureroase.

Studii recente au arătat că unii compuşi ai sunătoarei au o acțiune apropiată de cea a antidepresivelor de origine chimică, de aceea această plantă este azi deseori folosită ca TM (tinctură-mamă) sau gelule, în tratamentul unor stări anxio-depresive minore.

Comparații şi asocieri
Kalmia: nevralgii fulgerătoare.

I

ICTER

Vezi HEPATITĂ.

IGNATIA

Origine

Arbust cățărător din Filipine (familia loganiaceelor). Fructul lui conține numeroase semințe — semințele Sfântului Ignațiu —, pe baza cărora se fabrică medicamentul.

Sămânța Sfântului Ignațiu, ca și nuca vomică (*Nux vomica*), conține mai ales stricnină, ceea ce explică acțiunea ei excitantă asupra sistemului nervos.

Simptome caracteristice

Toate simptomele sunt declanșate sau agravate de emoție, mirosuri, care le excită; toate simptomele sunt ameliorate și dispar prin distragere.

Principalele indicații

Toate simptomele spasmodice, schimbătoare, paradoxale, indicând o hiperemotivitate:

— nod în gât;
— nod în stomac;

— aerofagie;
— colici;
— sufocare;
— tuse nervoasă;
— palpitații;
— spasmofilie;
— insomnie;
— ronțăitul nervos al unor alimente.

Comparații și asocieri

Asa foetida: nod în gât;
Cuprum: spasme;
Coffea: insomnie;
Gelsemium: trac.

De avut în casă

Ignatia 15 CH, 1 tub.

IGNATIA: sensibilitate

Situații sensibile

— toate situațiile care provoacă o emoție, resimțită ca fiind puternică, fie că e negativă sau pozitivă;

— decesele, accidentele, vexațiile, supărările, decepțiile, dar și emoțiile pozitive: sărbători, evenimente familiale, reușită personală.

Important nu este neapărat intensitatea evenimentului, ci intensitatea cu care este resimțit.

Persoane sensibile

Orice persoană poate să prezinte, cu ocazia unei emoții puternice, simptomele de *Ignatia*. În aceste împrejurări, nodul în gât sau râsul în hohote se pot întâmpla oricui, îndeosebi persoanelor mai emotive.

➢ *În echilibru*

De cele mai multe ori o femeie foarte emotivă sau un copil, dar uneori și un bărbat cu caracter vesel. Foarte repede emoționați, tulburați, ei râd și plâng cu ușurință, suspină adânc sau cască. Au o dispoziție foarte schimbătoare și foarte sensibilă la anturaj.

> *În dezechilibru*

Se plâng deseori de un exces de spasme la toate nivelele, de dureri care apar şi dispar brusc, de migrene. Leşinurile sunt frecvente şi în general spectaculoase. În toate cazurile, persoana încearcă să-şi schimbe ideile, dar poate şi să se închidă în sine cu gândurile ei triste.

IHTIOZĂ

Pielea uscată, groasă, parcă solzoasă, cu multe descuamări. Tratamentul local foloseşte în special loţiuni şi creme hidratante.

Se adaugă, în cură de două luni, de 2-3 ori pe an, tratamentul următor: *Fluoricum acidum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, şi *Calcarea fluorica*, 1 doză pe săptămână.

IMPOTENŢĂ

Vezi SEXUALITATE.

INCONTINENŢĂ ◉

> **Incontinenţa urinei noaptea la copii**

Vezi ENUREZIE.

> **Incontinenţa persoanelor în vârstă**

Trebuie să se facă analize care să ducă la descoperirea unor infecţii sau a unor anomalii a căilor urinare. Dacă analizele sunt normale: *Causticum 15 CH*, 5 granule zilnic, timp de o lună, cu rărire în funcţie de ameliorare.

> **Incontinenţa scaunului la copil**

Trebuie consultat medicul. Între timp: *Aloe 15 CH*, 5 granule zilnic.

> **Incontinenţă la menopauză**

Sepia 9 CH, 5 granule zilnic.

> **Incontinenţă după naştere**

Sepia 9 CH, 5 granule zilnic, timp de cincisprezece zile în completarea reeducării.

INCUBAŢIE

În cazul epidemiilor de gripă, în timpul fazei de incubaţie, se ia *Oscillococcinum*, 1 doză de 2 ori pe zi, timp de două zile.

INDIGESTIE

În caz de indigestie se vor lua: *Antimonium crudum 9 CH* şi *Nux vomica 9 CH*, 5 granule din fiecare din două în două ore, timp de o zi. Dacă tulburările persistă, se consultă medicul.

INDISPOZIŢIE ◉

În toate cazurile, trebuie consultat medicul pentru precizarea diagnosticului şi efectuarea unor eventuale analize. Medicamentele indicate pot să fie luate în momentul crizei, înainte de consultarea medicului sau în mod preventiv în aceleaşi împrejurări. Se ia o doză şi se repetă dacă e necesar peste o jumătate de oră.

— din cauza unei călduri închise dintr-o cameră prea încălzită: *Pulsatilla 15 CH*;

— din cauza căldurii soarelui: *Lachesis 15 CH*;

— după un efort fizic: *Arnica 15 CH*;

— ca urmare a unei emoţii puternice: *Ignatia 15 CH*;

— la cea mai mică emoţie: *Moschus 15 CH*;

— la ridicarea bruscă din pat sau de pe fotoliu: *Bryonia 9 CH* (verificarea tensiunii culcat şi în picioare);

— după o spaimă: *Gelsemium 15 CH*;

— după masă: *Nux vomica 9 CH*;

— cu sudori reci, mergând până la pierderea cunoştinţei, cu scăderea tensiunii în cazul unei gastro-enterite acute sau a unor menstre dureroase: *Veratrum album 15 CH*.

INDIVIDUALIZARE

Individualizarea este un moment important al consultului medical efectuat de homeopat. Medicul determină precizarea simptomelor, localizarea lor precisă, modalităţile lor de ameliorare şi de agravare (vezi MODALITĂŢI), circumstanţele apariţiei lor (vezi ETIO-

LOGIE). Medicamentele sunt alese după diagnosticul maladiei și după caracteristicile reacției individuale a bolnavului. Tratamentul este individualizat în sensul în care se potrivește nu unei maladii, ci maladiei *voastre.* Deseori, cuvântul individualizare te face să crezi, în mod greșit, că tratamentul se bazează pe caracteristicile psihologice sau comportamentale ale individului; firește, acest aspect face parte din analiza fiecărui caz, dar simptomele maladiei și individualizarea lor primează asupra descrierii caracterologice a individului.

INFECȚIE

O infecție cu viruși sau cu microbi – rino-faringită, abces, pecingine, supurație cronică – nu are contraindicat un tratament homeopatic. Dimpotrivă, dacă medicamentele homeopatice sunt date de la primele simptome, eficacitatea lor poate să fie foarte rapidă. În plus, în cazul infecțiilor recidivante, precum rino-faringite sau pusee de herpes, vindecarea obținută datorită unui tratament homeopatic este mai durabilă, fără sechele, iar recidivele sunt mai puțin numeroase.

Limitele posibilităților homeopatiei în cazul infecțiilor sunt cele ale homeopatiei în general: trebuie ca sistemul de apărare propriu al organismului să fie suficient de puternic ca să lupte împotriva infecției. De aceea automedicația trebuie să fie foarte prudentă și să-și fixeze anumite reguli:

- unele infecții trebuie să ducă direct la consultarea medicului (în special infecții urinare, pulmonare);
- unii microbi trebuie în mod obligatoriu să fie tratați cu antibiotice (de exemplu, streptococii hemolitici);
- automedicația nu trebuie să depășească douăzeci și patru sau patruzeci și opt de ore. Dacă simptomele (febră, dureri) infecției nu regresează net, trebuie mers neîntârziat la medic;
- o infecție care recidivează rapid trebuie să ducă la consultarea medicului, în vederea unor analize și a tratamentului de teren.

INFLUENZINUM

Origine

Vaccinul antigripal. Acest medicament homeopatic este deseori considerat, pe nedrept, un vaccin homeopatic antigripal. E un nonsens: nu există vaccinare homeopatică. Medicamentul homeopatic își propune să trateze tulburările pe care le-ar provoca substanța de bază, aici vaccinul antigripal. Constatarea terapeutică este că unele persoane sensibile se plâng, după vaccinul antigripal, de oboseală, de o mică reacție gripală sau că au devenit foarte fragile la toate infecțiile de iarnă.

Principalele indicații

— oboseală după o vaccinare antigripală sau după un acces gripal: numai 1 doză în 15 CH;

— reacție gripală sau bronșică după vaccinare: numai 1 doză în 15 CH;

— modificarea terenului, rezistenței la afecțiunile de iarnă, după vaccinare sau după o gripă: 15 CH, 1 doză, de 3-4 ori în timpul iernii.

INSECTE

➢ Tratament pentru înțepăturile de insecte

— în caz de edem cu mâncărime: *Apis 15 CH* și *Poumon histamine 15 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi;

— în caz de inflamație a punctului înțepăturii, se dezinfectează și se pune pe înțepătură *Homéoplasmine* și se iau: *Ledum palustre 9 CH* și *Tarentula cubensis 9 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi.

Cantharis 30CH : oprește pruritul intens.

➢ Prevenirea înțepăturilor de insecte

Ledum palustre 5 CH, 5 granule dimineața, și *Poumon histamine 15 CH*, 5 granule seara, în timpul perioadei expuse.

INSOLAȚIE

Mai întâi trebuie să se prevină și deci să se evite expunerea la un soare prea puternic, îndeosebi între ora prânzului și orele șaisprezece, să se pună o pălărie și să se bea suficient lichid. În caz de insolație, subiectul trebuie să se rehidrateze, să se răcorească, înfășurându-se în cearceafuri umede și răcoroase și să ia: *Belladonna 9 CH*, 5 granule din oră în oră.

În caz de febră sau de modificări ale comportamentului — agitație sau stare de abrutizare —, trebuie consultat medicul și să se ia, între timp:

— fața e foarte roșie, fără sudoare, pacientul e agitat: *Aconitum 15 CH*, 5 granule de repetat de 3 ori în două ore;

— fața e roșie, plină de sudoare, pacientul se simte abătut, are capul foarte greu: *Gelsemium 15 CH*, 5 granule, de repetat de 3 ori în două ore.

În caz de bășici, trebuie să se adauge tratamentului precedent: *Cantharis 9 CH*, 5 granule, din două în două ore.

INSOMNIE

Problemele de somn, când nu constituie un motiv de consultare a medicului, se întâlnesc în multe cazuri. În afara unei insomnii datorate unei maladii — dureri violente sau dificultate respiratorie —, tratamentul homeopatic se dovedește foarte eficace și trebuie totdeauna propus în prima fază; el permite, în majoritatea cazurilor, evitarea luării somniferelor, cărora li se cunosc prea bine efectele secundare, precum și riscul de obișnuință sau de dependență. Insomnia e un simptom, nu o maladie, trebuie să-i înțelegem sensul mai înainte de a prescrie cu prea multă ușurință medicamente mai mult sau mai puțin drastice.

Insomnia, la fel ca oricare alt simptom — digestiv, cutanat —, poate să fie manifestarea unui teren cronic; unele persoane prezintă periodic insomnii, cu un sentiment de oboseală sau de anxietate în anumite momente ale anului (înainte de vacanță) sau în anumite situații (la mare, la munte), sau la unele date fixe (în fiecare duminică). În aceste cazuri, trebuie înainte de orice să se recunoască și să se trateze acest teren cronic cu, de exemplu: *Sulfur, Arsenicum album, Natrum muriaticum*.

În alte cazuri, insomnia reacționează la un anumit eveniment. Se instalează în mod regulat. Tratamentul se bazează pe aflarea cauzei și pe înțelegerea ei în raport cu terenul: oboseală fizică sau nervoasă, emoție, vexație, deces, supărare; *Phosphoricum acidum, Staphysagria, Silicea, Ignatia* vor fi cel mai des folosite. Atenție: insomniile de la sfârșitul nopții, pe la patru-cinci dimineața, indică în general o stare mai curând depresivă. Tratamentul simptomatic este puțin eficace și numai marile medicamente de fond dau unele rezultate: *Sepia, Aurum, Thuya, Lachesis*, uneori în sinergie cu un tratament alopatic adaptat.

Deseori se pune problema opririi unor tratamente pe bază de antibiotice. În practică, respectând palierele și susținând psihologic pacientul, este foarte posibil de a suprima reacția anxiolitică cu un tratament homeopatic.

INSOMNIA ADULTULUI

Întrebările

E vorba de dificultatea de a adormi sau de treziri nocturne?

La ce oră au loc trezirile nocturne?

Ți-e somn (căscături) fără rezultat sau nu ți-e somn deloc?

Insomnia pare să fie provocată de stres, emoție, oboseală fizică, exces de muncă?

Ce simți în cursul insomniei (agitație, aflux de gânduri, anxietate, foame violentă)?

Ce trebuie făcut

Se ia în fiecare seară, timp de zece zile, medicamentul indicat (vezi mai jos), în 15 CH, 5 granule.

➢ *Și în plus:*

Oligo-elemente de magneziu și litiu:

În granule — *Oligogranul*, 5 granule seara.

În fiole — *Oligosol, Granions, Microsol*, 1 fiolă din fiecare pe zi, seara.

➢ *Și în plus:*

Plante în picături sau capsule:

Passiflora, 2 capsule seara, sau 50 de picături cu următoarea formulă:

— *Passiflora 1 DH;*
— *Tilia 1 DH;*
— *Valeriana 1 DH;*
— *Cratoegus 1 DH;*
— *Escholtzia 1 DH.*

Trebuie consultat medicul dacă:

— insomnia pare totală sau survine mai mult de trei ori pe săptămână;

— insomnia face parte dintr-un tablou de depresie;

— insomnia e legată de o durere sau de o maladie organică.

INSOMNIA ADULTULUI:

dificultăți de a adormi din cauza stresului

GELSEMIUM

Tracul împiedică adormirea, deseori agravat de teama că nu vei dormi.

✧ ***Experiența mea:***

Ideal pentru examenele de tot felul, 1 doză în ajun în 15 CH.

IGNATIA

Prea multe emoții, pozitive sau negative; hiperexcitarea împiedică somnul.

✧ ***Experiența mea:***

Te ridici, te distrezi, te relaxezi; yoga și sofrologia sunt binevenite.

COFFEA

Prea multă cafea, prea multe idei, care se rotesc tot timpul în minte.

✧ ***Experiența mea:***

Renunțarea la cafea sau la ceai, alți excitanți sau vitamina C.

INSOMNIA ADULTULUI:

dificultăți de a adormi din cauza oboselii

ARNICA

Impresia de contuzii musculare; patul e prea tare, prea cald.

✧ ***Experiența mea:***

Medicamentul clasic după sport, seara. Se ia 1 doză în 15 CH, imediat după efort, și se face o baie relaxantă.

KALIUM PHOSPHORICUM

Prea multă muncă, eforturi intelectuale, dureri de cap și dispoziție proastă.

✧ ***Experiența mea:***

Ideal pentru studenții surmenați. De luat pe o perioadă lungă, de 2 ori pe zi, în 9 CH, 5 granule.

CHINA

Oboseală fizică după boală, sarcină, intervenție chirurgicală.

✧ ***Experiența mea:***

Sudori și stare generală proastă completează tabloul. Se ia pe o perioadă lungă, de 2 ori pe zi, în 9 CH, 5 granule.

INSOMNIA ADULTULUI:

dificultăți de a adormi în ciuda senzației de somn

BELLADONNA

Căscături, poftă de somn fără rezultat, trezit imediat după adormire.

STRAMONIUM

Somn, dar teama de întuneric sau de coșmare împiedică adormirea.

HYOSCYAMUS

Poftă de somn care dispare imediat ce te așezi în pat.

✧ ***Experiența mea:***

Aceste trei medicamente sunt foarte apropiate și foarte complementare. Toate trei sunt pregătite pe bază de substanțe putând să provoace delir sau halucinație; de aceea sunt medicamente eficace în caz de coșmaruri, îndeosebi în cazul acceselor de febră.

INSOMNIA ADULTULUI: treziri nocturne

ARSENICUM ALBUM

Trezire la ora unu, cu angoasă profundă, teamă sau gândul la moarte.

Deseori ora crizei de astm sau a unei nevralgii.

NUX VOMICA

Trezire pe la trei și gânduri legate de problemele profesionale sau domestice.

Tulburările digestive la cei care mănâncă și beau mult întrețin această insomnie.

KALIUM CARBONICUM
Trezire pe la patru, cu rău digestiv sau respirator.
Marele medicament al crizei de astm nocturn. Atenţie, trezirea la sfârşitul nopţii este deseori semnul unei depresii.
✧ ***Experienţa mea:***
Orele de trezire sunt totdeauna foarte precise şi identice de la o zi la alta. La schimbarea orei, ele se adaptează cu rapiditate la ora ceasului.

François, în vârstă de optsprezece ani, îşi pregăteşte examenul de bacalaureat. Este anxios, se plânge de oboseală şi de greutatea de a adormi. Este iritabil.
➢ GELSEMIUM 15 CH, 5 granule, seara.
➢ KALIUM PHOSPHORICUM 9 CH, 5 granule, înainte de cele două mese.

Jacques, în vârstă de 45 de ani, munceşte mult. Nu are răbdare, e iritabil şi are goluri de memorie. Adoarme în fotoliu după masă şi se trezeşte noaptea, pe la orele trei, foarte preocupat de treburile lui.
➢ NUX VOMICA 15 CH, 5 granule, seara.
➢ ANACARDIUM 15 CH, 5 granule, dimineaţa.

INSOMNIA COPILULUI MIC

Întrebările
E vorba de o problemă de seară (dificultatea de a merge la culcare, dificultatea de a adormi)?
E vorba de treziri în timpul nopţii (probleme digestive, anxietate, coşmaruri sau spaime)?
De când există aceste probleme de somn şi de ce au apărut?

Ce trebuie făcut
Se ia în fiecare seară, timp de trei zile, medicamentul indicat în 15 CH, 5 granule.
➢ *Şi în plus:*
Oligo-elemente de magneziu:

În granule — *Oligogranul*, 5 granule seara.
În fiole — *Oligosol, Granions, Microsol*, 1 fiolă seara.
➢ *Şi în plus:*
Plante în soluţie sau capsule:
Passiflora, 1 capsulă seara.
➢ *Sau:*
1-2 linguriţe de *Passiflorine*.

Trebuie consultat medicul dacă:
— insomnia durează de mai mult de o săptămână;
— a existat un eveniment traumatizant pentru copil;
— insomnia este neobişnuită şi indică o maladie sau o problemă organică.

INSOMNIA COPILULUI MIC:
copilul e agitat şi nu vrea să se culce

CHAMOMILLA
Coleric, vrea să fie luat în braţe.
✧ ***Experienţa mea:***
Medicamentul clasic al puseului dentar.

IGNATIA
Hiperexcitat, plânge şi râde din nimic, urmare a unei emoţii.
✧ ***Experienţa mea:***
Trebuie să se calmeze şi părinţii şi toată lumea va dormi.

PULSATILLA
Nu vrea să-şi părăsească părinţii seara, îi e frică să fie lăsat singur, abandonat.
✧ ***Experienţa mea:***
Medicamentul angoasei de despărţire, foarte util la intrarea la cămin sau la şcoală.

ARSENICUM ALBUM
Este medicamentul angoasei nocturne; seara înseamnă moarte, doliu.

✧ ***Experienţa mea:***
Deseori un eveniment evocând moartea a avut loc în anturajul copilului.

STRAMONIUM
Coşmaruri, halucinaţii, spaime nocturne.
✧ ***Experienţa mea:***
Extrem de eficace şi foarte rapid; totul se termină în două-trei zile.

CAUSTICUM
Teamă de întuneric la un copil care se îngrijorează mult de toate. Apare deseori la copiii care au fost şocaţi sau brutalizaţi, la şcoală de exemplu.

Lena, în vârstă de 2 ani, se trezeşte noaptea, pe la unu, şi vrea să doarmă cu părinţii.
➢ ARSENICUM ALBUM 15 CH, 5 granule, seara.

Aude, în vârstă de 6 ani, are coşmaruri şi uneori spaime nocturne.
➢ STRAMONIUM 15 CH, 5 granule, seara.

INSOMNIA COPILULUI MIC:

copilul e trezit de foame sau de tulburări digestive

NUX VOMICA
Tulburări digestive spasmodice îl trezesc pe copil după un somn scurt.
✧ ***Experienţa mea:***
Copil deseori constipat, cu caracter coleric.

LYCOPODIUM
Sugarul se satură repede, dar îi e foame noaptea; balonările şi gazele completează tabloul.
✧ ***Experienţa mea:***
Este în general un copil hepatic, cu caracter autoritar.

KALIUM CARBONICUM
Balonări puternice care îl trezesc pe copil pe la patru dimineaţa, uneori cu dificultăţi respiratorii.
✧ ***Experienţa mea:***
Copilul e în general destul de gras şi mai curând lent.

INTERCOSTAL

În toate cazurile, trebuie consultat medicul pentru un diagnostic precis, o durere intercostală putând să fie legată de o problemă vertebrală, pulmonară sau de zona zoster.

➢ **Durere intercostală**
Ranunculus bulbosus 9 CH, 5 granule din două în două ore.
➢ **Durere la tuşit, cu nevoia de a ţine partea dureroasă**
Bryonia 9 CH, 5 granule din două în două ore.
➢ **Durerea celor două colţuri ale diafragmei la tuşit, obligând la ţinerea coastelor**
Drosera 15 CH, 5 granule din două în două ore.

INTERTRIGO

Această inflamaţie a pielii la nivelul pliurilor articulaţiilor este datorată unei macerări umede cu microbi sau ciuperci. Trebuie spălat şi dezinfectat locul, de exemplu cu o loţiune pe bază de calendula, 50 de picături de TM, într-un pahar plin cu apă clocotită, apoi se întinde pe leziune pomada cu graphites şi se ia *graphites 15 CH*, 5 granule, de trei ori pe zi. Leziunile trebuie să fie vindecate în patru-cinci zile, altfel trebuie consultat medicul.

INTOXICAŢIE 👁

Intoxicaţie alimentară: trebuie consultat rapid medicul şi, între timp, se ia *Arsenicum album 15 CH*, 5 granule, de repetat din oră în oră, de 3-4 ori.

INVAZIE

Este faza de apariție a simptomelor (febră, erupție), în cazul unei maladii infecțioase contagioase. În cazul maladiilor virale – gripă, rino-faringită –, trebuie să luați rapid: *Oscillococcinum*, 1 doză, de trei ori pe zi, timp de două zile.

IODUM

Origine
Iodul este necesar la funcționarea glandei tiroide. Practica arată că medicamentul homeopatic acționează asupra glandelor, ganglionilor și mucoaselor.

Simptome caracteristice
— hipertiroidie cu slăbire, palpitații, tremurături;
— ganglioni;
— iritație a mucoaselor ORL.

Principalele indicații
— hipertiroidie, în completarea tratamentelor clasice;
— rinită iritantă cu tuse seacă.

Comparații și asocieri
Sulfur iodatum: rinită persistentă.

IPECA

Origine
Ipecacuana. Medicamentul homeopatic este mai mult decât un antivomitiv și acțiunea lui este foarte eficace asupra bronhiilor și tusei.

Simptome caracteristice
— grețuri persistente cu vomă care nu ușurează, limba e curată;
— salivare excesivă;
— tuse spasmodică cu sufocare și jenă traheo-bronșică.

Principalele indicații
— rino-faringită cu tuse continuă, spasmodică;
— criză de astm cu tuse și jenă;
— grețuri și vomă repetate în cazul unei gastro-enterite acute;
— grețurile femeii însărcinate.

Comparații și asocieri
Antimonium tartaricum: bronșită.
Cuprum: criză de astm.

IRIS VERSICOLOR

Origine
Gladiola albastră.

Principalele indicații
— aciditate a tubului digestiv, reflux acid;
— migrenă oftalmică cu greață și aciditate;
— migrenele sunt deseori periodice, săptămânale.

Comparații și asocieri
Robinia: aciditate a tubului digestiv.
Sulfur: migrenă periodică săptămânală.

IZOLARE

Descoperirea acestui simptom orientează și confirmă alegerea unor medicamente de teren și de sensibilitate.

Unele persoane, când sunt preocupate, anxioase, caută mai curând izolarea și singurătatea decât consolarea sau distracția. Acest comportament indică sensibilitate la medicamente precum: *Natrum muriaticum* sau *Sepia*.

IZOPATIE/IZOPATIC

Care este definiția izopatiei?
Așa cum cuvântul homeopatie înseamnă „suferință asemănătoare", cuvântul izopatie înseamnă „suferință identică". Principiul este de a folosi un medicament fabricat pornind de la substanța

provenită de la un bolnav sau de la mediul său înconjurător şi având o legătură directă cu maladia. Primul care a folosit această tehnică a fost un veterinar numit Lux care s-a servit de secreţiile nazale ale unui cal bolnav de răpciugă ca să fabrice un medicament destinat tuturor celorlalte animale afectate. Această tehnică seamănă puţin cu tehnica de vaccinare sau de seroterapie.

Prin ce diferă faţă de homeopatie?

În termeni simpli, izopatia constă în a prescrie un medicament pornind de la cauza presupusă, în timp ce homeopatia îşi propune să prescrie un medicament fabricat pornind de la o substanţă susceptibilă să provoace o maladie asemănătoare, dar nu neapărat identică.

De exemplu, pentru alergie, tratamentul izopatic va fi *Pollens 15 CH* (polenul fiind considerat agentul care provoacă alergia); tratamentul homeopatic va fi poate *Allium cepa 9 CH* (ceapa provocând simptome asemănătoare). Marea diferenţă constă în faptul că izopatia conferă o prioritate cauzei, fără să se preocupe de bolnav, în timp ce homeopatia privilegiază capacitatea reacţională a bolnavului, indiferent de cauză. În practica de azi, aceste două tehnici sunt deseori complementare, mai ales în tratarea alergiilor.

Izoterapia poate să înlocuiască desensibilizarea sau vaccinarea?

Nu, sigur că nu. În toate cazurile, în ceea ce priveşte vaccinarea, dacă diluarea şi dinamizarea hahnemanniană atenuează suşa, ea nu poate în nici un caz să constituie un vaccin şi să producă anticorpi. În ceea ce priveşte desensibilizarea, izopatia nu pretinde să declanşeze modificări imunitare; în schimb, în practică, eficacitatea sa terapeutică este evidentă, după cum o dovedesc unele studii clinice. Deseori se compară folosirea izopaticelor cu desensibilizarea clasică a alergologilor. Este adevărat că principiul pare acelaşi, dar, în realitate, există o diferenţă de fond între concepţiile homeopatice şi alopatice. Desensibilizările clasice se fac în doze progresive, adică se încearcă obişnuirea organismului treptat cu cantităţi alergene din ce în ce mai puternice; utilizarea izopaticelor în homeopatie se face în diluţie crescândă, adică organismul învaţă treptat să răspundă unei stimulări din ce în ce mai fine. În timp ce alopatia se substituie deseori reacţiilor organismului sau încearcă să le înăbuşe, homeopatia acordă înainte de orice încredere şi respect posibilităţilor de reacţie ale organismului. Alergia este poate exemplul cel mai probant al acestei diferenţe.

Î

ÎMBUFNARE

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Această trăsătură de caracter dezvăluie deseori o persoană sensibilă la *Natrum muriaticum*.

Vezi şi CARACTER.

ÎNCĂLZIRE

Vezi SPORT.

Pentru încălzirea muşchilor: *Arnica 4 CH*, 5 granule 1-2 ori înainte de efort.

ÎNCHEIETURA MÂINII

— reumatism, dureri ale încheieturii mâinii: *Ruta 9 CH* şi *Viola odorata 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi;

— dureri ale încheieturii mâinii prin apăsarea canalului carpian: *Ruta 9 CH* şi *Calcarea fluorica 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi. Dacă durerea e prea violentă şi iradiază de-a lungul nervului, se adaugă : *Hypericum 15 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

ÎNTÂRZIERE ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Teama de a fi în întârziere: *Argentum nitricum.*

ÎNȚEPĂTURĂ

Trebuie curățat și dezinfectat punctul înțepăturii și se pune alifie cu calendula sau *Homéoplasmine*. Dacă înțepătura este dureroasă, se iau *Ledum palustre 9 CH* și *Tarentula cubensis 9 CH*, 5 granule, în alternanță, de 3 ori pe zi, timp de două-trei zile.

Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

J

JABORANDI

Origine
Pilocarpus jaborandi.

Principalele indicații
— hipersalivare și sudori;
— surmenaj ocular.

Comparații și asocieri
Ruta: oboseală oculară.

JOIANT

Origine
Joiant.

Principalele indicații
Tulburări neurologice după un traumatism.

JULITURĂ

Se pune pe julitură pomandă cu calendula sau *Homeoplamină.*

K

KALIUM ARSENICOSUM

Origine
Arsenitul de potasiu.

Principalele indicații
Eczemă uscată cu fisuri și prurit.

Comparații și asocieri
Arsenicum iodatum: eczemă cu prurit.

KALIUM BICHROMICUM

Origine
Bicarbonatul de potasiu.

Simptome caracteristice
— inflamația mucoaselor cu formare de ulcerații, cu margini neregulate, și secreție de mucozități groase de un galben verzui;
— dureri localizate, care apar și dispar brusc;
— dureri de călcâi.

Principalele indicații
— rinite, sinuzite frontale sau maxilare, cu scurgeri muco-purulente, formând dopuri;

— bronșită cu expectorații muco-purulente;
— tuse la culcare și la sculare cu expectorație;
— aftă cu ulcerații profunde;
— anghine cu ulcerație a amigdalelor;
— ulcer stomacal cu reflux acid;
— sciatică cu dureri localizate;
— dureri de călcâi.

Comparații și asocieri
Mercurius solubilis: scurgeri muco-purulente.

De avut în casă
Kalium bichromicum 9 CH, 1 tub.

KALIUM BROMATUM

Origine
Bromatul de potasiu. Acțiunea sa toxică în doze mari asupra sistemului nervos, a pielii și a aparatului digestiv este confirmată de experimentarea homeopatică.

Simptome caracteristice
— agitație a mâinilor;
— coșmaruri, scrâșniri din dinți, vorbit în somn;
— pustule și chisturi cutanate.

Principalele indicații
— agitație la copilul anxios;
— somnambulism;
— oboseală nervoasă cu tulburări de memorie;
— acnee cu chisturi.

Comparații și asocieri
Zincum: agitație a picioarelor.
Kalium phosphoricum: oboseală nervoasă.
Sulfur iodatum: acnee.

KALIUM CARBONICUM

Origine
Carbonatul de potasiu.

Simptome caracteristice
— balonarea stomacului cu eructații și senzație de apăsare a pieptului, împins parcă în sus;
— dificultate respiratorie cu apăsare, îndeosebi noaptea între orele două și patru;
— dureri articulare și senzație de slăbiciune, de articulație care cedează;
— hipersensibilitate la atins.

Principalele indicații
— aerofagie, hernie hiatală;
— criză de astm între două și patru dimineața;
— dureri de spate cu senzație de slăbiciune, la menopauză;
— dureri de genunchi cu senzație de articulație care cedează;
— oboseală extremă, insuficiență cardiacă.

KALIUM CARBONICUM: sensibilitate

Situații sensibile
Acest medicament este indicat în special în momentul menopauzei, împotriva urmărilor nașterilor sau în urma oricărei maladii care provoacă anemie și epuizare.
Persoane sensibile
Acest medicament se potrivește în mod deosebit unor persoane care prezintă un tip de sensibilitate ușor de recunoscut:
Tenul palid, fața parcă buhăită, uneori cu edem în colțul pleoapei de sus. Obosită, descurajată, uneori depresivă, persoana este hipersensibilă la zgomot și mai ales la cea mai mică atingere a pielii. Orice nemulțumire sau cel mai mic eveniment sunt exagerate și amplificate.

KALIUM IODATUM

Origine
Iodura de potasiu. Utilizată altădată în tratamentul sifilisului, experimentarea sa homeopatică arată o acțiune asupra mucoaselor și ganglionilor.

Simptome caracteristice
— iritații ale ochilor;
— sinuși frontali dureroși;
— scurgeri iritante.

Principalele indicații
— sinuzită frontală;
— conjunctivită alergică;

Comparații și asocieri
Euphrasia: conjunctivită.
Arsenicum album: scurgere iritantă.

KALIUM MURIATICUM

Origine
Clorura de potasiu.

Principalele indicații
— otită seroasă;
— amigdalită criptică;

Comparații și asocieri
Mercurius dulcis: otită serioasă.

KALIUM PHOSPHORICUM

Origine
Fosfatul bipotasic. Medicamentul homeopatic este activ asupra oboselii nervoase, îndeosebi la subiecții sensibili.

Simptome caracteristice
— epuizare, pierdere de memorie;
— agravare prin muncă intelectuală, prin raporturi sexuale;
— ameliorare la emoţii pozitive.

Principalele indicaţii
— cefalee după exces de muncă intelectuală;
— pierdere de memorie, dificultăţi de concentrare.

Comparaţii şi asocieri
Phosphoricum acidum: oboseală intelectuală.

KALIUM SULFURICUM

Origine
Sulfatul bipotasic.

Principalele indicaţii
— rinită cu pierderea gustului şi mirosului;
— bronşită cu expectoraţii gălbui.

Comparaţii şi asocieri
Pulsatilla: rinoree şi expectoraţii gălbui.

KALMIA LATIFOLIA

Origine
Dafinul de munte.

Principalele indicaţii
Dureri fulgurante de-a lungul nervilor, ca un curent electric (15 CH, 5 granule de 4 ori pe zi).

Comparaţii şi asocieri
Hypericum: dureri fulgurante de-a lungul nervilor.

KORSAKOVIANĂ (diluţie)

Acest mod de fabricare a fost pus la punct de un contemporan al lui Hahnemann, farmacistul rus Korsakov. Acesta a constatat că, golind un flacon, pe pereţii lui rămâneau sutimi de conţinut. Deci, golind flaconul apoi umplându-l din nou, se obţine o diluţie la sutime care, urmată de o dinamizare clasică, dă sutimea korsakoviană, notată cu 100 K. Operaţiunea poate să fie reprodusă cu acelaşi flacon de câte ori este necesar. Interesul metodei constă în faptul că un singur flacon este suficient; în schimb trebuie tot atâta solvent (apă pură sau alcool), ca în cazul diluţiei homeopatice clasice.

În practică, se constată puţine diferenţe între cele două metode în tratarea fenomenelor lezionale sau funcţionale. În schimb, în tratamentul terenului sau al simptomelor comportamentale, unii medici homeopaţi preferă uneori puternicele diluţii korsakoviene.

KREOSOTUM

Origine
Creozot.

Principalele indicaţii
— leucoree iritantă şi sângerândă;
— dinţi cariaţi.

Comparaţii şi asocieri
Mercurius corrosivus: supuraţie cu ulceraţie a mucoasei.

L

L52

Origine
Specialitate homeopatică, picături.

Principalele indicații
Stări gripale, febră, rino-faringită.

L 72

Origine
Specialitate homeopatică, picături.

Principalele indicații
Stări anxioase, insomnie.

LAC CANINUM

Origine
Lapte de cățea. Acesta, ca orice lapte, este un produs complex și foarte bogat; conține în special substanțe hormonale cu acțiune asupra sânilor și a ovarelor.

Medicamentul homeopatic are o acțiune foarte cuprinzătoare, atât în plan hormonal, cât și asupra stării generale.

Simptome caracteristice
— umflarea dureroasă a sânilor;
— migrenă, cefalee frontală;
— dureri de ovare.

Principalele indicații
Sindrom premenstrual cu durere și umflare a sânilor.

Comparații și asocieri
Folliculinum: sindrom premenstrual.

LACHESIS

Origine
Lachesis e crotalul mut, un șarpe fără „clopoței", care trăiește în Brazilia sau în Guyana, pe malul râurilor. Este foarte veninos și, ca majoritatea veninurilor, acțiunea lui provoacă îndeosebi:
— o afectare vasculară cu tulburări de coagulare;
— o inflamație puternică și o infecție locală.
Medicamentul homeopatic acționează asupra acestor simptome, dar și asupra sistemului nervos, în special asupra alternanței unei stări depresive cu o stare de agitație.

Simptome caracteristice
— hipersensibilitatea de contact;
— intoleranța la hainele strânse pe corp;
— sufocare în momentul adormirii;
— bufee de căldură;
— dorința de alcool;
— alternanța unei stări depresive cu faze de excitație.

Principalele indicații
— menstre întârziate;
— bufee de căldură;
— menstre puțin abundente cu sânge negru;
— hemoroizi, tromboză;
— gelozie;
— insomnie, vise macabre;

— senzație de sufocare.

➢ *Prescripție medicală:*
— insolație;
— astm;
— cefalee congestivă;
— acnee.

Comparații și asocieri
Sepia: menopauză și bufee de căldură.
Ignatia: nevoia de a suspina.

De avut în casă
Lachesis 9 CH, 1 tub.

LACHESIS: sensibilitate

Situații sensibile
Semnul major al acestui medicament este agravarea tuturor simptomelor la diminuarea, la întârzierea și la oprirea unei scurgeri; premenopauza va fi deci situația majoră unde vom întâlni simptomatologia *Lachesis*. Alcoolismul, prin alternanța excitației cu depresia pe care o provoacă, indică din plin *Lachesis*. Mai adăugăm, la copil îndeosebi, toate situațiile care, dacă e sensibil, provoacă un sentiment de gelozie sau de invidie. În fine, căldura radiantă (soarele) agravează tulburările circulatorii, iar căldura în spațiu închis (metrou) provoacă o stare de sufocare.
Persoane sensibile
Descrierile clasice: fața roșie, congestionată, nasul puțin violet, se referă la alcoolic sau la unele persoane cu tulburări congestive. În practică, medicamentul se poate referi la bărbat și femeie, la adult și copil.
➢ *În echilibru*
Persoana alternează fazele de depresie, de lehamite, cu faze de excitare, marcate printr-o mare locvacitate. Această alternanță se poate produce de dimineață până seara sau poate fi ritmată de cicluri pentru femeie, sau să se întindă pe perioade lungi (iarnă/vară, de exemplu). Depresie după somn, excitarea revine odată cu soarele, conversația sau

alcoolul. Ușor jenat de căldură și puțin claustrofob, tipul *Lachesis* caută aerul spațiilor deschise și-și desface sistematic gulerul cămășii.

➢ *În dezechilibru*
Depresia și excitația se accentuează. Persoana este profund abătută și mută în unele momente, îndeosebi la trezire. Caracterul ei suspicios se exacerbează și un sentiment puternic de gelozie se va afla la originea unui comportament agitat, violent, cu o excitație verbală foarte importantă, uneori exagerată de alcool. Acest sentiment violent de gelozie, pe lângă comportamentul excesiv pe care îl induce, poate să constituie sursa de somatizare, în special circulatorie, cu roșeață fără sudoare.

LACHNANTES TINCTORIA

Origine
Narcisa roșie.

Principalele indicații
— torticolis acut;
— rigiditate cervicală cu amețeli, tulburări auditive sau vizuale.

Comparații și asocieri
Rhus toxicodendron: torticolis.
Actaea racemosa: rigiditate cervicală.

LACTICUM ACIDUM

Origine
Acidul lactic.

Principalele indicații
Grețuri în perioada sarcinii, cu salivare abundentă.

Comparații și asocieri
Ipeca: grețuri în perioada sarcinii.

LAPIS ALBUS

Origine
Fluorosilicatul de calciu.

Principalele indicații
Gușă.

LARINGITA ACUTĂ A ADULTULUI

Oscillococcinum, 1 doză dimineața și seara, timp de două zile, *Arum triphyllum 5 CH* și *Belladonna 9 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră. În caz de tuse răgușită, se adaugă *Spongia 5 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi.

Dacă în patruzeci și opt de ore nu se simte nici o ameliorare, se consultă medicul.

LARINGITA ACUTĂ A COPILULUI

Este o urgență medicală și trebuie să chemați medicul sau să mergeți foarte repede la urgență. Între timp, se pune o pânză caldă și umedă în jurul capului copilului, apoi i se dă *Spongia 5 CH* și *Sambucus 5 CH*, 5 granule, în alternanță, la fiecare zece minute.

Aceste laringite acute ale copilului sunt deseori recidivante și va fi necesar un tratament de fond.

LARVA CĂPUȘEI

Se ia sistematic *Ledum palustre 5 CH* și *Apis 15 CH*, 5 granule din fiecare de două-trei ori pe zi. Aceste medicamente pot să fie luate în mod preventiv, 5 granule din fiecare pe zi.

LAXATIV

Vezi CONSTIPAȚIE

Dureri abdominale din cauza abuzului de laxativ: *Nux vomica 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

LEDUM PALUSTRE

Origine
Ledum palustre.
Principalele indicații
— după înțepăturile de insecte;
— prevenirea înțepăturilor de țânțari;
— inflamația gleznei (picături).

Comparații și asocieri
Apis: înțepături de insecte.
Kalmia: durere în punctul înțepăturii.

LEGĂNARE

— copilului îi place să fie legănat, plimbat cu mașina, luat în brațe când are un puseu dentar sau când e înfuriat: *Chamomilla 15 CH*, 5 granule, 1-2 ori pe zi;

— copilul se leagănă singur în pat ca să adoarmă: *Belladonna 15 CH*, 5 granule la culcare.

LEȘIN

Orice pierdere a cunoștinței trebuie să ducă la consultarea medicului pentru analize și determinarea cauzei: neurologică, cardiologică sau emotivă.

➢ **Leșin într-un context de hiperexcitabilitate nervoasă**
Moschus 15 CH, 5 granule zilnic.
➢ **Leșin cauzat de o durere puternică sau o diaree**
Veratrum album 15 CH, 1 doză, de repetat dacă e necesar.
➢ **Leșin la vederea unui cuțit sau a unui alt obiect care taie**
Alumina 15 CH, 1 doză, de repetat dacă e necesar.

LEUCOREE

Scurgere albă. În cantitate mică, ea e normală. Dacă devine abundentă, murdară sau dureroasă, trebuie consultat doctorul pentru depistarea unei infecții. Între timp, se iau *Helonias 5 CH* și *Kreosotum 5 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi.

Unele femei au sistematic scurgeri înainte de menstre: *Sepia 9 CH*, 5 granule zilnic, în ultimele opt zile ale ciclului.

LH

Origine
Hormonul luteostimulină.

Principalele indicații
Vezi HORMON.

LIBIDO

Vezi SEXUALITATE.

LICHEN

Lichenul este o leziune a pielii care formează pete roșii și mici și provoacă mâncărimi foarte neplăcute. Aceste leziuni apar mai ales pe brațe și încheietura mâinilor, dar pot să se întindă pe tot corpul. În cazul puseelor acute se recomandă alifii cu corticoide. Se pare că lichenul se dezvoltă pe terenuri predispuse și este necesar un tratament homeopatic de fond. Un medicament simptomatic este eficace în momentul puseelor: *Arsenicum iodatum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, în cură de o lună, de repetat de mai multe ori pe an.

Se spune despre o eczemă că este "lichenifiată" când persistă plăci roșii cu mâncărimi (același tratament).

LIGAMENTE

Traumatismele ligamentelor în cazul entorselor sau luxațiilor impun examinarea unui specialist, o imobilizare și uneori chiar o intervenție chirurgicală. În plus, se iau timp de cel puțin cincisprezece zile *Ruta 15 CH* și *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

LILIUM TIGRINUM

Origine
Crinul. Medicamentul homeopatic acționează asupra aparatului genito-urinar și asupra sistemului nervos.

Simptome caracteristice
— senzație de apăsare în partea de jos a pântecelui;
— senzație de arsură la nivelul vezicii, cu nevoie urgentă de urinare;
— palpitații.

Principalele indicații
— cistită cronică;
— depresie în momentul premenopauzei.

LIMBAJ ✢

Descoperirea acestui simptom orientează și confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

➤ **Tulburări de comportament**
— nu-i place să i se vorbească: *Chamomilla*;
— preferă să rămână tăcut: *Aurum*;
— vorbește fără oprire, mai ales seara: *Lachesis*;
— vorbește în somn: *Belladonna*;
— vorbește în mod incoerent: *Hyoscyamus*.

➤ **Tulburări de dicție**
— dificultăți de dicție dimineața: *Nux vomica*;
— vorbește foarte repede: *Mercurius solubilis*;
— bâlbâieli: *Causticum*;
— face eforturi mari înainte de a scoate un cuvânt: *Stramonium*.

LIMBĂ

Aspectul limbii este deseori caracteristic pentru sensibilitatea la un medicament homeopatic. Colorația sau aspectul ei este mai puțin important, ca în medicina chineză, dar rămâne un element decisiv al examenului clinic, care orientează spre un medicament sau confirmă indicarea lui.

Atenție: o limbă foarte încărcată sau negricioasă poate să fie semnul unei infecții cu ciuperci, care necesită un tratament specific.
— albă în treimea posterioară: *Nux vomica*;

— în întregime albă: *Antimonium crudum*;
— acoperită de o peliculă murdară: *Mercurius solubilis*;
— pătată: *Taraxacum, Natrum muriaticum*;
— roşie: *Arum triphyllum, Belladonna*;
— vârful roşu: *Rhus toxicodendron*.

LIMFANGITĂ

Inflamaţie a vaselor limfatice în urma unei infecţii sau a unui traumatism. Se pun comprese îmbibate cu *Calendula TM* (30 de picături la o jumătate de pahar cu apă) şi se iau *Arnica 9 CH* şi *Rana bufo 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, din două în două ore. Dacă simptomele nu se ameliorează după patruzeci şi opt de ore, se consultă medicul.

LITHIUM CARBONICUM

Origine
Carbonatul de litiu.

Principalele indicaţii
Gută, dureri ale micilor articulaţii ale mâinii.

LITIAZĂ

Calculii de pe căile urinare, biliare sau dintr-o glandă salivară. În toate cazurile, până la consultarea medicului, de la primele simptome, se vor lua *Calcarea carbonica 30 CH*, 1 doză, de repetat după patru ore, şi *Colocynthis 5 CH*, 5 granule oră de oră. Un tratament de fond va preveni recidivele.

LIVEDO

Tulburare circulatorie a membrelor inferioare, care se manifestă prin vinişoare violacee: *Pulsatilla 9 CH*, 5 granule pe zi, în cură de o lună, de 2-3 ori pe an.

LOCALIZARE

Descoperirea acestui simptom orientează sau precizează alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Este un aspect cheie al chestionării şi al examinării de către medicul homeopat: o leziune sau o senzaţie care au o localizare precisă indică deseori în mod specific un medicament. Localizarea unei eczeme, a unei dureri de cap, a unei veruci sau a oricărei dureri trebuie să fie descrisă medicului, căci e un ajutor preţios pentru alegerea tratamentului.

Iată principalele:
— articulaţie (eczemă, durere): *Rhus toxicodendron*;
— centură (talie): *Lachesis* (prea strâns), *Lycopodium* (balonări);
— gleznă (eczemă, durere): *Ledum palustre*;
— spate: *Rhus toxicodendron*;
— ceafă: *Actaea racemosa*;
— junghi în omoplatul drept: *Chelidonium* (durerea veziculei biliare);
— între omoplaţi: *Phosphorus*;
— coccis: *Ruta*;
— faţă (erupţie): *Sepia*;
— frunte: *Selenium*;
— maxilar: *Mezereum*;
— în jurul gurii: *Natrum muriaticum, Sepia*;
— gât: *Lachesis* (prea strâns);
— dureri intercostale: *Ranunculus bulbosus*.

LOGOREE

În afara cazurilor de delir care necesită îngrijire psihiatrică, acest comportament poate să fie întâlnit în cursul beţiei sau al unor stări de excitaţie. În ultimele două cazuri: *Lachesis 15 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar.

LOVITURĂ

Sistematic: *Arnica 9 CH*, 5 granule, de repetat de 4-5 ori, în funcţie de importanţa hematomului.

LUAREA MEDICAMENTELOR

În toate cazurile trebuie să se respecte posologia indicată de medic.

➢ Lăsați să se topească granulele sub limbă. Pentru copii, ele pot fi topite în foarte puțină apă.

➢ Să fie luate cu un sfert de oră înainte de masă sau la o oră după masă.

➢ Să se evite consumul de mentă chiar înainte sau imediat după luarea granulelor. Dacă tratamentul trebuie făcut dimineața și seara, e preferabil să se folosească o pastă de dinți fără mentă (*Homéodent*).

➢ În cazul patologiilor acute, dozele se răresc în funcție de ameliorare și se opresc odată cu dispariția simptomelor. Atenție, în cazul unui tratament de teren prescris de medicul homeopat, posologia nu trebuie modificată fără avizul său.

Biberon

Pentru sugari, în loc să se topească granulele în biberonul cu lapte, mai bine să fie dizolvate într-un biberon cu 10 cl apă. Dacă mai multe medicamente trebuie luate de câteva ori pe zi, se poate face ceea ce se numește o poțiune sau o supă: într-un biberon de 80 cl apă, se pun la topit 10 granule din fiecare medicament și se dă de băut la timpul indicat o gură din această poțiune, după ce mai înainte s-a agitat bine biberonul. Această tehnică este foarte practică atunci când trebuie să încredințăm copilul altcuiva sau când îl ducem la creșă.

LUCITĂ

Inflamație a pielii în urma expunerii prelungite la soare. Se vor lua sistematic: *Apis 15 CH* și *Muriaticum acidum 5 CH*, 5 granule, în alternanță, de 2 ori pe zi, în primele opt zile ale expunerii la soare.

Aceste lucite solare se produc pe terenuri predispuse, care necesită un tratament de fond: în general *Sulfur 15 CH* sau *Natrum muriaticum 15 CH*, 1 doză în fiecare săptămână a lunii care precede expunerea la soare.

LUESINUM

Origine

Acest medicament este fabricat pe baza serozităților unui șancru de sifilis. Experimentarea homeopatică arată acțiunea medicamentului asupra unor ținte asemănătoare cu cele care privesc maladia sifilitică.

Simptome caracteristice

— leziuni ulceroase ale pielii sau mucoaselor;
— dureri osoase foarte puternice;
— agravare nocturnă a durerilor;
— paralizie.

Principalele indicații

— urmări ale unui sifilis vechi și tratat;
— dureri osoase în timpul nopții;
— artrită a genunchiului;
— dermatoză cronică fisurată.

LUMBAGO sau LOMBAGO

În toate cazurile: *Arnica 15 CH*, 1 doză dimineața și seara, timp de trei zile, și *Ruta 5 CH* și *Kalium carbonicum 9 CH*, 5 granule, în alternanță, oră de oră.

Dacă lumbago apare după o răceală puternică, se adaugă: *Aconitum 15 CH*, 5 granule de 2 ori în prima zi. Dacă durerile sunt ca niște crampe, se adaugă *Magnesia phosphorica 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi. Dacă durerile persistă, trebuie consultat medicul.

LUNĂ

Descoperirea acestui simptom orientează și confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Din toate timpurile s-a crezut că Luna are o influență asupra comportamentului și sănătății noastre, ceea ce practica homeopatică a confirmat. Astfel, sensibilitatea la lună plină indică sensibilitatea la *Calcarea carbonica*; la lună nouă, *Silicea*.

LUTEINUM

Origine

Corpul galben de origine animală.

Principalele indicații
Premenopauză, insuficiență de progesteron.

Comparații și asocieri
Vezi HORMON.

LYCOPODIUM

Origine
Cervana este o plantă foarte răspândită în Europa. Sporii ei conțin un praf portocaliu, multă vreme considerat inert. Farmaciștii o foloseau pentru a izola pilulele, iar artificierii pentru a simula fulgerele la teatru. Înlăturându-i-se toxicitatea, experimentarea și utilizarea ei de către homeopați au arătat că este unul dintre cele mai importante medicamente ale farmacopeei homeopatice și, în orice caz, unul dintre cele mai folosite de medicii homeopați.

Acțiunea ei e profundă și vizează îndeosebi ficatul, rinichii, pielea și metabolismul.

Simptome caracteristice
— foame repede potolită;
— balonări la centură;
— prurit;
— ameliorare la răcoare;
— agravare între orele șaisprezece și douăzeci;
— înroșire a feței după masă.

Principalele indicații
— aerocolie, flatulență;
— vome acetonemice;
— migrene digestive;
— urticarie cronică;
— dermatoză seboreică;
— eczemă care sângerează cu ușurință.

➤ *Prescripție medicală:*
— ulcer duodenal;
— litiază urinară;
— ciroză cronică;
— otită seroasă;

— alergie respiratorie;
— anxietate, iritabilitate;
— depresie reacțională;
— anorexie a copiilor.

Comparații și asocieri
Nux vomica: balonări, tulburări digestive.
Aurum: temperament autoritar.

De avut în casă
Lycopodium 5 CH

LYCOPODIUM: sensibilitate

Situații sensibile
O alimentație prea bogată sau prea grasă. De notat îndeosebi o intoleranță la stridii și la ceapă.

Situațiile care afectează un caracter anxios pe plan fizic și totodată autoritar, în special la anumite vârste ale vieții:
— în copilărie, când ești încă foarte dependent și înainte de a putea dobândi un minimum de autonomie;
— în adolescență, când îți pui întrebări despre propria ta normalitate;
— când se apropie bătrânețea și îți faci griji despre rezultatele analizelor medicale și despre sănătate.

Persoane sensibile
Orice persoană care prezintă tulburări digestive, urinare, cutanate, îndeosebi cele cu caracteristici fizice și comportamentale ușor reperabile.

➤ *În echilibru*
Puțin dezvoltată fizic, nu prea voinică. Îngrijorată de capacitățile sale fizice. În același timp, conștientă de capacitățile sale intelectuale deasupra mediei, ea se impune ca un lider responsabil mai întâi la școală, apoi la locul de muncă.

➤ *În dezechilibru*
Devine foarte anxioasă. Iritabilă, autoritară, mizantropă. Vrea să fie singură și, totuși, are nevoie de prezența celorlalți.

M

MAGNESIA CARBONICA

Origine
Carbonatul de magneziu.

Simptome caracteristice
— dureri fulgurante de-a lungul unui traseu nervos;
— aciditate digestivă;
— menstre dureroase.

Principalele indicații
— diaree a sugarilor care nu tolerează laptele;
— nevralgie dentară, facială sau cervico-brahială;
— faringită înainte de menstre.

Comparații și asocieri
Rheum: diaree a sugarilor.
Magnesia phosphorica: nevralgie.
Graphites: faringită înainte de menstre.

MAGNESIA MURIATICA

Origine
Clorura de magneziu. În doză mare, clorura de magneziu are o acțiune purgativă asupra ficatului și intestinului.

Simptome caracteristice
— constipație cu scaun foarte tare și uscat;
— dureri de cap înainte de menstre;
— menstre dureroase;
— dureri ameliorate de o presiune puternică.

Principalele indicații
— constipație;
— menstre dureroase.

MAGNESIA PHOSPHORICA

Origine
Fosfatul de magneziu. Acțiunea magneziului și a fosforului asupra sistemului nervos este confirmată de utilizarea homeopatică.

Simptome caracteristice
— dureri puternice la început și sfârșit brusc, crampe, spasme;
— durerile sunt ameliorate la aplecarea în față sau la îndoirea picioarelor.

Principalele indicații
— spasmofilie;
— crampele scriitorilor;
— colici hepatice;
— colici nefritice;
— menstre dureroase.

Comparații și asocieri
Colocynthis: dureri spasmodice ameliorate la aplecarea în față. Cele două medicamente sunt deseori asociate.

MANGANUM

Origine
Manganul.

Simptome caracteristice

— inflamația laringelui cu tuse seacă;

— senzație de epuizare, dorință de a rămâne în pat;

— tremurături.

Principalele indicații

— laringită cu mucozități abundente și nevoie continuă de a-ți drege glasul, mai ales la fumător;

— tuse seacă și oboseală în urma unei gripe sau a unei bronșite;

— tremurături în maladia lui Parkinson.

MANIACO-DEPRESIV

Psihoza maniaco-depresivă este o maladie psihiatrică ce necesită îngrijire medicală specializată. Fazele de depresie alternează cu faze de excitație. Ritmul acceselor este variabil și tratamentul clasic folosește în general săruri de litiu, antidepresive sau neuroleptice. Ca în toate patologiile pshiatrice grave, tratamentul homeopatic nu poate să fie decât complementar. Tratamentul de fond prescris de medicul homeopat va putea permite stabilizarea tratamentului sau reducerea recidivelor.

Unele persoane, fără a fi maniaco-depresive, pot prezenta faze de descurajare, în alternanță cu faze de excitație. Acest comportament indică sensibilitatea la unele medicamente homepatice:

— fază de hiperactivitate, precedând depresia înainte de menstre: *Sepia*;

— descurajare dimineața, excitație cu logoree seara: *Lachesis*;

— descurajare profundă, succedând unei lungi faze de hiperactivitate: *Aurum*;

— instabilitatea dispoziției și energiei, alternare de oboseală și entuziasm: *Phosphorus*.

MARE

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Unele persoane sunt sensibile la malul mării sau la climatul marin. Umiditatea și iodul le modifică sensibilitatea reacțională, ameliorează, agravează sau le declanșează simptomele, sau le modifică dispoziția.

— agravare la mare: *Natrum muriaticum*;

— ameliorare la malul mării (astm): *Medorrhinum, Bromum*.

MASTITĂ

Pentru congestia sânilor. De exemplu, cu ocazia alăptării: *Bryonia 9 CH* și *Belladonna 9 CH*, 5 granule, în alternanță, oră de oră, timp de una-două zile. Dacă tulburările persistă, consultați medicul.

MASTODINIE

Orice durere a sânilor trebuie să ducă la consultarea medicului și la un examen radiologic. Mastodiniile care apar în a doua parte a ciclului (*vezi SINDROM PREMENSTRUAL*) sunt ameliorate de tratamentul homeopatic:

Folliculinum 15 CH, 1 doză între a opta și a zecea zi a ciclului, și *Lac caninum 9 CH*, 5 granule zilnic, din a zecea zi până la ultima zi a ciclului.

MASTOID

Relieful osos aflat exact în spatele pavilionului urechii. În caz de otită sau durere la apăsarea ușoară a acestei regiuni trebuie imediat consultat medicul. Între timp se ia: *Capsicum 9 CH*, 5 granule din oră în oră.

MÂNĂ

Se fac timp de cincisprezece zile tratamentele următoare. Dacă tulburările persistă, se consultă medicul.

➢ **Crampe de scriitor**

Cuprum 9 CH și *Magnesia phosphorica 9 CH*, 5 granule din fiecare de două ori pe zi.

➢ **Eczemă fisurată**

Sepia 9 CH și *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule din fiecare pe zi.

➢ **Eczemă uscată**

Arsenicum iodatum 9 CH, 5 granule dimineața și seara.

➢ **Dishidroză, cojire în fâşii mari**
Natrum sulfuricum 9 CH, 5 granule pe zi.
➢ **Piele îngroşată, hipercheratozică**
Antimonium crudum 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.
➢ **Furnicătură**
Natrum muriaticum 9 CH, 5 granule pe zi.
➢ **Reumatismul degetelor**
Lithium carbonicum 5 CH şi *Polygonum aviculare 5 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.
➢ **Transpiraţie**
Silicea 9 CH, 5 granule de 3 ori pe săptămână.

MÂNCĂRIME

Vezi PRURIT.

MEAT

Iritare a meatului urinar: *Staphysagria 15 CH*, o singură doză. Dacă simptomele persistă, consultaţi medicul şi faceţi analiza urinei.

MECANISMELE DE ACŢIUNE ALE HOMEOPATIEI

Se poate spune astăzi că se cunoaşte mecanismul de acţiune a medicamentelor homeopatice?

Nu, dar numeroase cercetări ne oferă câteva baze pentru a ne imagina ce poate să fie acest mecanism de acţiune:

— această acţiune nu este de ordin chimic, căci, chiar cu diluţii joase sau medii, nu pare că moleculele rămase acţionează. Bineînţeles, cu alte diluţii, începând de la 10 sau 12 CH, absenţa moleculelor este incompatibilă cu ipoteza unei acţiuni chimice;

— diluţia* progresivă la zecime sau la sutime nu este de ajuns pentru a fabrica medicamentul homeopatic; dinamizarea* (agitarea prin scuturături) este indispensabilă pentru obţinerea acţiunii medicamentului;

— în cursul diluţiilor şi dinamizărilor succesive, produsul de bază pare că transmite solventului (alcool sau apă) o informaţie de ordin fizic;

— diferite ipoteze pretind că această informaţie ar fi de ordin „energetic", electromagnetic, legată de o modificare a structurii solventului.

Care este natura acestei informaţii?

Această informaţie se află în relaţie directă cu posibilităţile farmacologice ale substanţei de bază, adică vizează aceleaşi ţesuturi, aceleaşi organe, aceleaşi funcţii. Nu e nici o „magie" în fabricarea medicamentului homeopatic. Se poate spune pur şi simplu că operaţiunile de diluţie şi de dinamizare modifică, atât cantitativ cât şi calitativ, acţiunea substanţei de bază.

Cum se transmite această informaţie organismului?

Este cu siguranţă marea necunoscută. Pe ce cale, prin ce intermediari se transmite această informaţie? Mai mult ca sigur că răspunsul la această întrebare va bulversa practica fabricării şi utilizării medicamentului homeopatic, dar şi întreaga medicină.

MEDIC HOMEOPAT

Medicul homeopat este mai întâi un medic care a urmat cursul normal al studiilor medicale. În completare, el a urmat un stagiu la universitate sau în cadrul unor şcoli private pentru a obţine (după trei ani de studiu) o diplomă de homeopat.

MEDORRHINUM

Origine

Medorrhinum este un medicament bioterapic preparat pe baza secreţiilor uretrale ale unei blenoragii.

Acest medicament trebuia să fie medicamentul cauzei, deci de fond, al terenului sicotic, ale cărui caracteristici sunt:

— producerea de tumori benigne (chisturi, veruci);
— infiltrarea ţesuturilor (celulită, luare în greutate);
— infecţii cronice şi persistente ale mucoaselor;
— maladia se instalează progresiv, lent;
— tendinţă depresivă.

Aceste maladii apar în general atunci când sistemul imunitar este perturbat de maladii infecţioase, de medicamente, de vaccinuri, poluare, stres.

Experimentarea şi utilizarea terapeutică ale acestui medicament au confirmat că, chiar dacă nu este medicamentul de fond sistematic al acestui teren, este, împreună cu *Thuya*, unul dintre cele mai eficace, bun pentru un anumit număr de simptome care îi sunt proprii.

Simptome caracteristice
— senzaţie de arsură localizată;
— ameliorare culcat pe burtă;
— dorinţă de alcool.

Principalele indicaţii
Toate indicaţiile medicamentului *Medorrhinum* sunt legate de noţiunea de teren cronic, plus noţiunea de urmări ale unor vaccinuri şi unor infecţii genitale.

➢ *Genitale:*
— urmări ale unor blenoragii şi, mai ales astăzi, infecţiile cu micoplasme;
— veruci, papilom pe mucoasele genitale, condilom;
— prostatite;
— infecţii cronice;
— pipi în pat.

➢ *ORL şi bronhii:*
— rino-faringite cronice, cu scurgere nazală posterioară cronică;
— astm ameliorat la malul mării.

➢ *Reumatologie:*
Reumatisme inflamatorii.

➢ *Piele:*
— eritem fesier;
— veruci.

➢ *Stare generală, sistem nervos:*
— tulburări ale somnului la copil;
— agitaţie, dificultăţi şcolare;
— sindromuri depresive.

Comparaţii şi asocieri
Thuya: medicament de teren al modului reacţional cronic sicotic.

MEDORRHINUM: sensibilitate

Situaţii sensibile
Vom întâlni o prescriere a medicamentului *Medorrhinum* în situaţii tipice de teren cronic, în special după infecţii genitale:
— uretrite;
— infecţii ginecologice;
— precum şi în urma unor vaccinuri prost tolerate.

Persoane sensibile
Medicamentele de fond sunt indicate înainte de orice pentru acţiunea lor asupra cronicităţii unor leziuni, specifice prin aspectul, localizarea şi caracterul lor evolutiv.
Dar în cea ce priveşte tulburările de comportament, ca în cazul tuturor marilor medicamente, se pot distinge câteva aspecte originale.

➢ *În echilibru*
Copil sau adult, comportamentul său e marcat de instabilitate, agitaţie şi precipitare. Timpul nu trece destul de repede pentru acest anxios care se precipită fără motiv.

➢ *În echilibru*
Copilul nu poate nici să-şi fixeze atenţia, nici să stea locului. Acasă trece de la un joc la altul şi la şcoală îi este greu să fie atent. Adult, e totdeauna instabil, nerăbdător şi preocupat de timpul care trece, anxios de golul pe care îl simte.

MEGALERITEM

Erupţie benignă de pete roşii-rozalii la copil, pe corp şi pe faţă. Se administrează timp de trei zile: *Pulsatilla 9 CH* şi *Dulcamara 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, din două în două ore.

MELILOTUS

Origine
Sulfina.

Principalele indicații
— bufee de căldură la menopauză;
— insolații;
— hemoragii, menstre abundente, sângerări ale nasului.

Comparații și asocieri
Lachesis: bufee de căldură.
Millefolium: hemoragii.

MEMORIE

Dacă memoria este capacitatea de a-ți aminti trecutul vechi și recent, ea este și, înainte de orice, facultatea de a fixa prezentul. De aceea capacitatea de atenție este cheia unei memorii bune, iar oboseala, anxietatea sau incapacitatea de concentrare sunt dușmanii ei.

Se vor lua minimum cincisprezece zile:

➢ **Dificultate de concentrare și de memorare după un surmenaj intelectual**

Kalium phosphoricum 9 CH și *Phosphoricum acidum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

➢ **Oboseală, anxietate, dispoziție proastă, uitarea numelor**

Anacardium 15 CH, 1 doză înainte de examen sau de o anumită probă.

➢ **Uitare sau confundare a numelor proprii**

Lycopodium 9 CH, 5 granule pe zi.

La persoanele în vârstă

Baryta carbonica 15 CH, 5 granule pe zi.

MEMORIA APEI

De unde vine această expresie?

Să dăm Cezarului ce-i al Cezarului! Expresia nu-i aparține lui Jacques Benveniste, ci unui jurnalist care a comentat lucrările acestuia, după celebra lor publicare în marea revistă științifică *Nature*, în anul 1988. Dacă expresia s-a păstrat, asta se datorează faptului că are o mare forță de evocare și că, dincolo de fapte științifice, ea a devenit port-drapelul și emblema mediatică ale unei dezbateri, deseori trunchiate, uneori furtunoase, dar totdeauna pasionante.

Ce înseamnă această expresie?

Această expresie transcrie în limbaj foarte mediatic ipoteza că acțiunea medicamentului homeopatic e legată de o modificare a structurii sau a proprietăților apei în care a fost diluată și dinamizată substanța de bază. O altă imagine constă în a spune că apa s-ar comporta ca o bandă magnetică, care înregistrează și redă proprietățile medicamentului.

Această memorie sau această bandă magnetică „lichidă" este compatibilă cu cunoștințele noastre despre apă?

Faptul că apa posedă o structură variabilă, chiar instabilă, nu este o noutate pentru oamenii de știință. Gheața și aburul sunt ultimele ei stări. Studii făcute în cadrul rezonanței magnetice nucleare asupra mai multor diluții homeopatice arată diferențe semnificative și par să confirme ipoteza modificării structurii. În schimb, oamenii de știință știu că aceste modificări de structură au o durată extrem de mică, iar faptul că această modificare poate să fie stabilă și să se transmită este încă o enigmă.

MÉNIÈRE

Amețelile lui Ménière apar brusc, cu zbârnâituri în urechi și uneori surditate. Tratamentul clasic asociază odihna, medicamentele împotriva amețelii și medicamentele care favorizează circulația la nivelul urechii interne. Se poate adăuga medicamentul homeopatic *Chininum sulfuricum 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi. Caracterul recidivant și paroxistic al crizelor necesită un tratament de fond homeopatic.

MENINGITĂ

Afectarea meningelui trebuie avută în vedere atunci când o febră este însoțită de dureri și înțepeniri ale cefei și uneori de vomă. Bolnavul trebuie consultat de urgență de medic sau transportat la spital. Multe meningite, la copil, sunt de origine virală; evoluția este atunci rapid favorabilă.

În cadrul urmărilor unei meningite, după o puncție lombară sau o anestezie peridurală, dacă persistă durerile de cap sau de coloană vertebrală, se iau timp de zece zile: *Natrum sulfuricum 15 CH*, 5 granule dimineața, și *Bryonia 9 CH*, 5 granule seara.

MENISC

Afectarea meniscurilor se manifestă prin dureri și blocaje ale genunchiului în poziție îndoită. Examenul radiologic sau endoscopic trebuie să evalueze leziunile. Dacă operația nu e urgentă și încă nu e necesară, se vor lua timp de două luni: *Petroleum 9 CH* și *Calcarea fluorica 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

MENOPAUZĂ

Se numește menopauză oprirea definitivă a menstrelor în jurul vârstei de cincizeci de ani. Această întrerupere poate să fie bruscă, dar de cele mai multe ori ea este precedată de o perioadă caracterizată prin lipsa de regularitate a ciclurilor, numită premenopauză sau perimenopauză. Postmenopauza este perioada care urmează acestei opriri.

Menopauza nu este propriu-zis o maladie, ci o situație hormonală nouă, care provoacă numeroase tulburări de adaptare. Diminuarea hormonilor feminini apoi dispariția lor vor fi resimțite de tot organismul:

— organele uro-genitale (oprirea menstrelor, modificarea sânilor, uscăciune vaginală, incontinență;
— pielea (uscăciune, pierderea elasticității, căderea părului);
— oasele și articulațiile (demineralizare, reumatism);
— circulația sanguină (hipertensiune, cefalee, bufee de căldură);

— sistemul nervos (modificări ale dispoziției);
— creșterea în greutate.

Varietatea și intensitatea tulburărilor sunt legate de sensibilitatea deosebită și de terenul fiecărei femei, de aceea tratamentul homeopatic se sprijină mai ales pe medicamentele de fond ale marilor tipuri feminine homeopatice.

Contraindicațiile la tratamentul hormonal clasic de substituire, proasta toleranță sau pur și simplu refuzul acestui tip de tratament fac ca multe femei să apeleze la un tratament homeopatic.

Totuși, de fiecare dată, se pun câteva probleme precise.

Dispariția simptomelor neplăcute, precum bufeele de căldură, este rapidă?

Tratamentul va fi cu atât mai eficace cu cât va fi mai precoce și se va baza pe tabloul reacțional global al femeii. Ca în cazul majorității patologiilor cronice, tratamentul simptomatic al bufeelor, cefaleelor sau durerilor reumatismale va fi cu atât mai rapid cu cât tratamentul de fond va trata sensibilitatea și terenul femeii (*vezi BUFEE DE CĂLDURĂ*).

Creșterea în greutate

Creșterea în greutate nu e o fatalitate la menopauză și este foarte des consecința unui tratament hormonal prost adaptat sau prost suportat. Noțiunea de teren* sau de mod reacțional cronic* în homeopatie ne arată că creșterea în greutate prin infiltrare este — la o persoană predispusă — rezultatul unei reacții defavorabile la un eveniment nou — în cazul de față la o nouă stare hormonală și la șocul psihologic pe care-l provoacă. Această predispoziție poate să fie detectată în antecedentele femeii, căutând capacitatea ei de a crește în greutate înainte de fiecare ciclu, în timpul sarcinii, de a face veruci și tumori benigne, precum chistul și fibromul. Recunoașterea acestei predispoziții duce la folosirea unor medicamente specifice (*Thuya 15 CH*, 1-2 doze pe săptămână, timp de cel puțin șase luni).

Uscăciunea vaginală și tulburările sexuale care decurg de aici

Medicamentele homeopatice precum *Folliculinum 4 CH* (5 granule pe zi cât timp e necesar) pot fi rapid foarte eficace. Altfel,

utilizarea unei hormonoterapii locale sub formă de ovul poate fi perfect asociată cu tratamentul homeopatic.

Riscul de osteoporoză

Riscul de osteoporoză este deseori prezentat ca justificarea fără drept de apel a tratamentului hormonal sistematic şi obligatoriu.

Acest risc priveşte în jur de 15 % dintre femei şi poate să fie depistat prin cercetarea factorilor care predispun:

— sedentarismul;

— alcoolismul;

— tabagismul;

— precum şi prin examene ca densitometria osoasă.

Această demineralizare afectează coloana vertebrală, cu riscul de fractură şi de tasare a corpului vertebrelor şi a oaselor lungi, în special a colului femurului.

În practică, fie riscul de fractură este foarte mare şi tratamentul hormonal se impune (tratamentul homeopatic va fi complementar şi va favoriza bine mineralizarea), fie riscul e mediu sau mic (în marea majoritate a cazurilor) şi tratamentul homeopatic asociat unei bune activităţi fizice şi unor complemente nutritive este suficient pentru a preveni consecinţele nefaste ale căderilor (colul femurului, încheietura mâinii, spate).

Riscurile cardio-vasculare

Sunt legate de un teren personal sau familial cunoscut şi sunt agravate de menopauză. Tratamentele homeopatice specifice ale acestor terenuri există şi sunt prescrise în cadrul unei supravegheri cardiologice regulate.

Riscurile de cancer

Mai întâi, tratamentul homeopatic nu prezintă nici un pericol şi nu are nici o incidenţă negativă asupra riscului de cancer la sân sau la uter. În schimb, tratamentul homeopatic nu scuteşte de o supraveghere regulată: examen clinic complet şi mamografie.

Incontinenţa urinară

Apare deseori în această perioadă şi necesită o reeducare specifică. Aceasta poate fi ajutată în mod apreciabil cu medicamente homeopatice (*vezi INCONTINENŢĂ*).

Căderea părului

Altă problemă care apare în această perioadă. Şi în acest caz homeopatia îşi va arăta posibilităţile (*vezi ALOPECIE*).

MENSTRE (dureroase)

Întrebările

Care e locul precis al durerii (ovar, toată burta, coapsă, spate)?

Care e caracterul durerii (crampe, spasme, apăsare)?

Cum sunt menstrele (normale, hemoragice, foarte puţin abundente)?

Există cheaguri?

Durerea e însoţită de indispoziţii sau tulburări de comportament?

Ce trebuie făcut

Se ia sistematic *Actaea racemosa 15 CH*, 5 granule în fiecare seară, în ultimele opt zile ale ciclului.

➢ *Şi în plus*:

Ulei de onagru timp de opt zile înaintea menstrelor (există mai multe specialităţi; farmacistul vă va sfătui ce să luaţi).

➢ *Şi în plus*:

Puomon histamine 15 CH, 1 doză în ajunul menstrelor.

➢ *Şi în plus*:

Unu-două medicamente alese din lista de mai jos cu posologiile indicate.

Medicamentele de teren pe care la va prescrie medicul

Lachesis, Sepia, Pulsatilla, Natrum muriaticum, Calcarea phosphorica. Aceste medicamente sunt prescrise în general în 15 CH, 1 doză de mai multe ori pe lună, timp de şase luni.

Trebuie consultat medicul

Dacă menstrele sunt hemoragice sau foarte neregulate.

MENSTRE: sunt foarte abundente

SABINA

Menstre abundente, roşii, cu dureri întinzându-se la pubis şi la coapse.

SECALE CORNUTUM
Sângele e negricios şi abundent; dureri ca la un „fals travaliu".

TRILLIUM PENDULUM
Impresia că oasele bazinului se întind şi se vor rupe, nevoia de a purta un brâu foarte strâns.

✧ ***Experienţa mea:***
Aceste trei medicamente pot fi luate în 5 CH, 5 granule oră de oră, de la apariţia menstrelor sau chiar din ajun.

MENSTRE: sunt normale sau puţin abundente

CAULOPHYLLUM
Durere a colului ca la naştere.

COLOCYNTHIS/MAGNESIA PHOSPHORICA
Aceste două medicamente sunt extrem de apropiate şi sunt luate în alternanţă în cazul tuturor durerilor cu crampe, care te obligă să te îndoi.

✧ ***Experienţa mea:***
Aceste trei medicamente pot să fie alternante în 9 CH, 5 granule la fiecare jumătate de oră, de la apariţia durerilor.

MENSTRE: cu indispoziţii şi tulburări de comportament

VERATRUM ALBUM
Dureri intense, cu sudori reci, tensiune şi indispoziţie.

CHAMOMILLA
Durerea e intolerabilă, ducând la furie; durerea şi dispoziţia se ameliorează prin plimbări lente.

MOSCHUS
Se potriveşte femeilor hipernervoase care au tendinţa să leşine din nimic, în general în mod teatral.

✧ ***Experienţa mea:***

Aceste medicamente pot să fie luate în 15 CH, de preferinţă preventiv, 1 doză, cu două-trei zile înainte de menstre, şi 1 doză la apariţia menstrelor.

MENSTRE: însoţite de dureri de cap

CYCLAMEN
Migrenă oftalmică cu tulburări vizuale şi ameţeli.

LACHESIS
Migrenă congestivă cu bufee de căldură, uneori înainte de menstre. Atenţie la tensiunea arterială!

SEPIA
Migrenă cu tulburări hepatice, oboseală, apăsare şi tristeţe înainte şi în timpul menstrelor.

✧ ***Experienţa mea:***
Aceste medicamente pot să fie luate în 15 CH, de preferinţă preventiv, 1 doză, cu două-trei zile înaintea menstrelor, şi 1 doză de la apariţia menstrelor.

MENSTRE (hemoragice)

Se iau, de 3 ori pe zi, 25 de picături din preparatul următor, începând cu două-trei zile înainte de menstre:
— *Millefolium 3 X;*
— *Melilotus 3 X;*
— *Drymis 3 X;*
— *Alchemilla 3 X.*

Trebuie consultat medicul pentru depistarea eventuală a unui fibrom.

MENSTRE (întârziate)

Se iau în această ordine:
— *Folliculinum 9 CH*, 1 doză;
— *Folliculinum 15 CH*, 1 doză după opt ore;
— *Folliculinum 30 CH*, 1 doză după opt ore.
Şi se consultă medicul.

MENSTRE (prea puțin abundente)

Folliculinum 4 CH, 5 granule pe zi, timp de trei săptămâni, începând din prima zi a ciclului.

Femeile care au menstre prea puțin abundente sau foarte rare au deseori un teren care poate fi tratat homeopatic.

MENTĂ

Se spune că menta este contraindicată în tratamentele homeopatice. În realitate, ar trebui să se adauge toate substanțele aromatice sau volatile aflate în competiție care impregnează granulele. Nu e interzis să se ia mentă sau orice altceva în timpul zilei; în schimb, e preferabil să se aștepte o jumătate de oră înainte sau după mese pentru a lua aceste medicamente.

MENYANTHES

Origine
Menyanthes trifoliata.

Principalele indicații
Frig intens în caz de febră sau de dureri de cap.

Comparații și asocieri
Camphora: frig intens.

MERCURIUS BI-IODATUS

Origine
Sare de mercur.

Principalele indicații
Amigdalita stângă.

MERCURIUS CORROSIVUS

Origine
Clorura de mercur.

Simptome caracteristice
Ulcerație a mucoaselor ORL, uro-genitală și digestivă, cu sângerări și dureri ca niște arsuri intense.

Principalele indicații
— anghine foarte dureroase cu ganglioni;
— gingivite, aftă;
— cistită;
— diaree infecțioasă cu sânge și nevoie urgentă.

MERCURIUS CYANATUS

Origine
Cianura de mercur.

Simptome caracteristice
Inflamație acută a gâtului, cu formare de secreții albicioase și afectare foarte importantă a stării generale, febră, prostrație.

Principalele indicații
Anghine foarte puternice cu febră mare.

MERCURIUS DULCIS

Origine
Calomelul.

Principalele indicații
Otită seroasă.

Comparații și asocieri
Kalium muriaticum: otită seroasă.

MERCURIUS PROTO-IODATUS

Origine
Sare de mercur.

Principalele indicații
Amigdalita dreaptă.

Comparații și asocieri
Mercurius bi-iodatus și *Mercurius proto-iodatus* pot să fie utile în cazul anghinelor sau amigdalitelor localizate într-o parte sau alta. Prescrierea lor medicală va fi în general completată cu *Mercurius solubilis* sau *Phytolacca*.

MERCURIUS SOLUBILIS ⧖

Origine
Mercurul solubil este o formulă pusă la punct de Hahnemann și conține 85% mercur.
Toxicitatea mercurului este bine cunoscută: intoxicații profesionale, poluări industriale, dar și efecte de nedorit ale tratamentelor mercurice antiseptice sau antiparazitare și antisifilitice înainte de apariția penicilinei. Mercurul se fixează în țesuturile nobile, în special plămâni și rinichi.
Medicamentul homeopatic acționează și asupra mucoaselor ORL, digestive și genitale, supurațiilor cutanate și asupra sistemului nervos.

Simptome caracteristice
— frisoane la nivelul pielii;
— arsură;
— agravare noaptea;
— transpirație grasă, mai ales noaptea;
— secreții mucopurulente, corozive.

Principalele indicații
— rino-faringită mucopurulentă;
— gingivită;
— aftă;
— pioree dentară.

➤ *Prescripție medicală:*
— anghine, faringite;
— colite ulceroase;
— supurații trenante;

— dificultăți școlare;
— instabilitate de caracter;
— tremurături ale extremităților.

Comparații și asocieri
Mercurius corrosivus sau *Mercurius cyanatus*: faringită.
Argentum nitricum: instabilitate psihomotrică.
De avut în casă
Mercurius solubilis 9 CH, 1 tub.

MERCURIUS SOLUBILIS: sensibilitate

Situații sensibile
În principal, infecțiile acute și cronice ale gurii și ale faringelui.
Persoane sensibile
În plan organic, toate persoanele pot să prezinte simptome susceptibile de a fi tratate cu *Mercurius solubilis*. Totuși, tratamentele sau accidentele mercurice au arătat că există o mare diferență de sensibilitate și că unele persoane (copii și adulți) pot să reacționeze puternic.

➤ *În echilibru*
Copil instabil, având reale dificultăți de concentrare și de memorie. Adult, totdeauna impresionabil și emotiv, el are un caracter egocentric.

➤ *În dezechilibru*
Dificultăți școlare importante, agravate de un absenteism datorat numeroaselor infecții rino-faringiene. Dificultăți profesionale din cauza instabilității sale.

MERS ✢

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.
— nevoia de mers pentru ușurarea îngreunării picioarelor sau a bazinului și dispoziție tristă: *Sepia*;
— mers lent care ușurează durerea de spate: *Ferrum metallicum*.

METRITĂ

Orice infecţie a uterului trebuie în mod imperativ să ducă la o rapidă consultare a medicului, la analize cu prelevări şi la un tratament antibiotic adaptat. Riscurile unor leziuni ireversibile ale trompelor şi, în consecinţă, ale sterilităţii necesită un tratament rapid şi drastic. Pentru a avea toate şansele de vindecare fără sechele, se vor lua timp de o lună *Thuya 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe săptămână, şi *Medorrhinum 15 CH*, 1 doză pe săptămână.

METRORAGIE

Prin definiţie, este scurgerea de sânge în afara menstrelor, în timp ce menoragia înseamnă menstre foarte abundente. Se vorbeşte de menometroragie când cele două fenomene se alătură, de exemplu în cazul fibromului.

Orice sângerare anormală în afara menstrelor trebuie să ducă la consultarea medicului şi la un examen ginecologic. Unele situaţii pot să fie ameliorate cu un tratament homeopatic.

— sângerări în momentul ovulaţiei: *Bovista 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, de la a opta până la a şaisprezecea zi a ciclului;

— sângerări după punerea unui sterilet: *Arnica 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de opt zile.

MEZEREUM

Origine
Daphne mezereum sau mălin.

Simptome caracteristice
— dureri ale feţei şi nasului;
— inflamaţie a mucoaselor sinusurilor maxilarelor, cu secreţii cu sânge;
— erupţie de vezicule urmate de cruste;
— mâncărimi violente care îşi schimbă locul după scărpinare.

Principalele indicaţii
— sinuzite maxilare;
— cruste cu puroi, pecingine;
— herpes, zona zoster, varicelă în straturi de cruste;
— mâncărimi (nevrodermită) agravate noaptea.

Comparaţii şi a asocieri
Kalium bichromicum: sinuzite.
Graphites: erupţii supurânde cu cruste.
Petroleum: vezicule urmate de cruste.

MIALGIE

Durere a muşchilor după efort sau traumatism: *Arnica 9 CH*, 5 granule de 3-4 ori pe zi, (*vezi SPORT*).

MICOZĂ

Tratamentul micozelor (infecţii provocate de ciuperci) utilizează medicamente locale. Medicamente homeopatice foarte eficace completează acest tratament (se iau 5 granule de 3 ori pe zi, pe toată durata tratamentului local):
— micoză bucală: *Borax 9 CH*;
— micoză cutanată cu leziuni care supurează: *Graphites 15 CH*;
— micoză cutanată uscată cu prurit: *Arsenicum iodatum 9 CH*;
— micoza unghiilor: *Antimonium crudum 9 CH*;
— micoză vaginală: *Helonias 5 CH* şi *Kreosotum 5 CH*.

Tendinţa la micoze poate să ducă la aplicarea unui tratament homeopatic de teren.

MIGRENĂ

Vezi DURERI DE CAP.

MILLEFOLIUM

Origine
Coada-şoricelului.

Principalele indicații
Hemoragii, sângerări ale nasului, menstre hemoragice.

Comparații și asocieri
Melilotus și *Arnica*: hemoragii cu sânge roșu.

MIROS

— pierderea mirosului în cursul unei rino-faringite: *Pulsatilla 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de zece zile.
— perceperea unui miros neplăcut datorată unei infecții nazale: *Nitricum acidum, Arsenicum album*; iar în cazul unei perceperi subiective: *Pulsatilla*;
— sensibilitate la mirosuri urâte, adevărate sau imaginare: *Sulfur*;
— sensibilitate la mirosuri puternice (parfum, tutun): *Ignatia, Nux vomica*;
— sensibilitate la mirosul florilor: *Phosphorus*;
— sensibilitate la mirosul alimentelor: *Sepia*.

MIȘCARE

— dacă mișcarea lentă ameliorează durerile reumatismale: *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi (idem pentru curbaturi în cazul unei gripe);
— dacă cea mai mică mișcare agravează durerea: *Bryonia 9 CH*, 5 granule din două în două ore. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

MOARTE

➤ **Panică, teamă de o moarte iminentă**
Aconitum 30 CH, 1 doză, de repetat dacă e necesar.
➤ **Angoasa morții, în special noaptea**
Arsenicum album 15 CH, 5 granule la culcare.

MODALITĂȚI

Modalitățile sunt condițiile de ameliorare sau de agravare a unui simptom sau a unei stări generale. Modalitățile nu sunt simptome, dar ele califică și precizează simptomul. Ele permit diferențierea acțiunii mai multor medicamente pentru același simptom. De exemplu, *Apis* și *Arsenicum album* sunt, amândouă, medicamente pentru dureri, dar *Apis* ușurează durerile calmate de frig, și *Arsenicum album*, pe cele calmate de căldură. Alegerea medicamentelor trece, deci, în mod obligatoriu, prin această etapă și, în cursul chestionării, medicul homeopat notează, cu precizie, pentru fiecare simptom, modalitățile sale de ameliorare și de agravare. Iată modalitățile esențiale pentru alegerea medicamentelor. Le veți găsi pe cele principale la fiecare rubrică de sfaturi terapeutice.

➤ Modalități climatice: anotimp, climă, uscăciune, umiditate.
➤ Modalități de poziție: culcat, șezând, în picioare, mișcare sau imobilitate.
➤ Modalități de orar: o durere, o criză de astm sau de insomnie.
➤ Modalități fiziologice: înainte sau după ciclu sau masă.
➤ Modalități psihologice: consolare, singurătate, distracție.
➤ Modalități termice: cald sau frig.

MOD REACȚIONAL CRONIC

Citește și articolul *TEREN*.

Astăzi, practica medicală cotidiană ne permite, în perfect acord cu cunoștințele medicale moderne, să constatăm că maladiile cronice sau repetitive au moduri de declanșare, de derulare și de evoluție foarte ușor de recunoscut, descrise cu termenul de „moduri reacționale cronice".

Pentru fiecare mod reacțional cronic se descrie:
— care țesuturi sunt afectate;
— ce leziuni predomină;
— care sunt împrejurările declanșante sau agravante;
— care e evoluția în timp a unor maladii (cronicitate, periodicitate);
— care e prognosticul.

Sunt descrise trei moduri reacționale:

Mod reacţional psoric

— afecţiuni ale pielii: eczemă, urticarie a mucoaselor, infecţii acute, alergie sau pusee reumatismale seroase;

— în mod periodic, repetitiv, alternând între ele sau alternând cu o afecţiune a stării generale (oboseală, anxietate, migrene);

— tendinţa la parazitoze;

— lipsa de reacţie în stările acute la medicamente deşi bine prescrise;

— convalescenţă lungă şi dificilă.

Acest mod reacţional cronic este fără îndoială ereditar şi aproape comun tuturor. Episoadele acute par declanşate de o stare de supraîncărcare sau de lipsă de eliminare. Vizează majoritatea alergiilor periodice, a afecţiunilor dermatologice alergice sau repetitive, precum herpesul, toate stările, boli, anxietăţi sau oboseli care revin periodic sau ciclic.

De exemplu: o eczemă sau o urticarie recidivantă alternând cu rino-faringite sau bronşite; migrene care revin în fiecare duminică sau la fiecare ciclu; o rinită care apare în fiecare vară.

Mod reacţional sicotic

E vorba de afecţiuni care se instalează progresiv, lent şi durabil:

— în urma unui eveniment care perturbă sistemul de apărare al organismului (maladii, unele tratamente sau vaccinuri, stres psihologic);

— afectând mucoasele şi manifestându-se prin scurgeri sau guturai cronic;

— prin apariţia de veruci, chisturi sau tumori benigne;

— prin infiltrarea ţesuturilor (creştere în greutate, celulită, rigidizarea articulaţiilor);

— însoţite de o sensibilitate la frig şi la umiditate şi o tendinţă spre depresie.

De exemplu: o sinuzită care se instalează durabil în urma unei gripe tratată cu antibiotice prost suportate; o creştere în greutate care intervine după o vaccinare; o depresie care survine în urma unui stres.

Mod reacţional tuberculinic

Găsim aceleaşi caracteristici ca în cazul modului reacţional psoric, cu câteva particularităţi:

— periodicitatea maladiilor este mai rapidă;

— e vorba în general de bolnavi slabi, obosiţi, cu adenopatii.

Acest mod reacţional cronic se întâlneşte în special la copiii care prezintă afecţiuni ORL recidivante.

De exemplu: otitele sau faringitele recidivante la copii; abia vindecaţi, abia terminat tratamentul cu antibiotice, începe o nouă infecţie...

MOLLUSCUM

Aceste *Molluscum contagiosum* sunt veruci multiple, de origine virală, foarte frecvente la copil: *Thuya 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe săptămână, şi *Nitricum acidum 9 CH* şi *Dulcamara 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, timp de două luni. Dacă vă hotărâţi la extirparea lor de către dermatolog, faceţi totuşi tratamentul pentru a evita recidivele.

MOMORDICA

Origine

Momordica balsamina.

Principalele indicaţii

Durerea unghiului drept al colonului, cu multe gaze.

MONONUCLEOZĂ

Mononucleoza este diagnosticată în prezenţa unei anghine foarte puternice, cu ulceraţii sau mici membrane, ganglioni numeroşi, o febră ridicată şi mai ales o oboseală intensă. Diagnosticul e confirmat de analiza sângelui.

Tratamentul este foarte eficace: *Ailanthus 5 CH* şi *Mercurius corrosovis 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră, timp de patru-cinci zile.

Convalescenţa este deseori lungă şi marcată de o mare oboseală: *China 9 CH* şi *Kalium phosphoricum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, şi *Baryta iodata 9 CH*, 5 granule, timp de zece zile.

MORBILLINIUM

Origine
Fabricat pe bază de secreții ale unui bolnav de rujeolă.

Principalele indicații
Urmări ale rujeolei sau ale vaccinării contra rujeolei.
Acest medicament nu este recomandat la începutul sau în timpul rujeolei, din cauza riscului de agravare.

MOSCHUS

Origine
Cerbul-moscat din Asia Centrală. Acest medicament se fabrică pe baza glandei de mosc, situată în abdomenul animalului.
Medicamentul homeopatic are proprietățile calmante ale moscului asupra sistemului nervos și a sistemului uro-genital, în special la indivizii foarte emotivi.

Simptome caracteristice
— excitație nervoasă;
— tendință la sincope;
— excitare sexuală.

Principalele indicații
— indispoziție, leșin într-un context emoțional acut;
— excitație genitală.

Comparații și asocieri
Ignatia: hipersensibilitate senzorială.

MUCOZITATE

— scuipat sau expectorație cu mucozități (sinuzite, bronșite): *Kalium bichromicum 9 CH*, 5 granule de 5 ori pe zi;

— constipație cu scaun cu mucozități: *Hydrastis 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.
Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

MUGURE

Mugurii de plante sunt folosiți la fabricarea medicamentelor și reprezintă un domeniu deosebit al fitoterapiei numită gemoterapie.

MUNTE

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.
Unele persoane sunt sensibile la munte. Altitudinea le modifică sensibilitatea reacțională, ameliorează, agravează sau declanșează simptomele sau le modifică dispoziția;
– agravare la munte: *Arsenicum album, Coca*;
– ameliorare la munte (astmă): *Natrum muriaticum*.

MUREX

Origine
Moluscă gasteropodă din Mediterana.

Simptome caracteristice
— senzație de congestie uterină;
— menstre hemoragice;
— depresie și excitație sexuală;
— agravare înainte de menstre;
— agravare în picioare, mergând.

Principalele indicații
Sindrom premenstrual cu depresie (uneori excitație sexuală) și senzație de apăsare în pântece.

Comparații și asocieri
Sepia: apăsare înainte de menstre.
Lilium tigrinum: excitație înainte de menstre.

MURIATICUM ACIDUM

Origine
Acidul clorhidric.

Principalele indicaţii
— lucită solară;
— hemoroizi, îndeosebi la femeia însărcinată.

Comparaţii şi asocieri
Apis: urticarie solară.
Aesculus: hemoroizi.

MUZICĂ

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Unele persoane sunt mai sensibile la muzică. Această sensibilitate indică prescrierea unor medicamente precum *Natrum muriaticum* sau *Phosphorus*.

MYGALE

Origine
Păianjenul care trăieşte în Cuba.

Principalele indicaţii
— ticuri, agitaţii psihomotrice, mişcări coreiforme;
— scrâşniri de dinţi noaptea.

Comparaţii şi asocieri
Kalium bromatum: agitaţie, scrâşnet de dinţi.

MYRISTICA

Origine
Copac tropical.

Principalele indicaţii
Abces, panariţiu: *Myristica* accelerează formarea şi evacuarea puroiului.

Comparaţii şi asocieri
Hepar sulfur şi *Pyrogenium*: abces, supuraţie acută.

N

N

NAJA

Origine
Cobra, şarpele cu ochelari.

Simptome caracteristice
— dureri de anghină pectorală;
— tulburări ale ritmului cardiac;
— cefalee temporală zvâcnitoare;
— anxietate acută;
— agravare noaptea;
— dureri ale ovarului stâng iradiind spre piept.

Principalele indicaţii
— dureri de anghină pectorală;
— bradicardie (încetinirea bătăilor inimii);
— cefalee temporală zvâcnitoare;
— dureri ale ovarului stâng în momentul menstrelor;
— criză de angoasă în acelaşi timp cu dureri cardiace.

Comparaţii şi asocieri
Cactus: dureri cardiace.
Aconitum: anxietate acută.

NAPHTALINUM

Origine
Naftalina.

Principalele indicaţii
— cataractă;
— alergie sezonieră, cu scurgeri abundente şi strănuturi ameliorate la aer curat.

Comparaţii şi asocieri
Calcarea fluorica: cataractă.
Allium cepa: alergie sezonieră.

NARĂ

➢ Iritaţie a nărilor
Homéoplasmine, 1 aplicare seara înainte de culcare.

➢ Prurit (mâncărimi)
— în cursul unei rino-faringite acute: *Arum trphyllum 9 CH*, 5 granule din două în două ore;
— în caz de alergie: *Arundo donax 5 CH*, 5 granule din două în două ore.

Deseori, pruritul nazal se datorează la copii unei oxiuroze (viermi intestinali); atunci trebuie să li se dea un vermifug şi *Cina 15 CH*, 1 doză trei seri la rând.

➢ Coşuri, furunculi
Hepar sulfur 15 CH, 1 doză de repetat la douăsprezece ore, de 3 ori la rând, *Pyrogenium 9 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara, şi *Arsenicum album 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

NAŞTERE

➢ Pentru pregătirea naşterii
Actaea racemosa 9 CH şi *Caulophyllum 9 CH*, 5 granule din fiecare dimineaţa şi seara, în cele zece zile dinaintea sarcinii, pentru a facilita contracţiile şi dilatarea colului.

➢ **Teamă înainte de naştere**
1 doză la începutul travaliului, de repetat după trei ore:
— *Gelsemium 15 CH* (tratează teama care paralizează şi blochează contracţiile);
— *Pulsatilla 15 CH* (emotivitate, lacrimi, nevoia de consolare);
— *Nux vomica 15 CH* (mânie, dispoziţie proastă);
— *Ignatia 15 CH* (hiperexcitaţie, spasme, crize de tetanie).

➢ **După naştere**
Arnica 15 CH, 1 doză imediat după, de repetat după douăsprezece ore.

➢ **În caz de epiziotomie**
Se ia sistematic: *Staphysagria 9 CH*, 5 granule zilnic, timp de opt zile.

NATRUM CARBONICUM

Origine
Carbonatul disodic.

Simptome caracteristice
— apăsare în stomac după mese;
— diaree agravată de lapte;
— mucozităţi în gât, care provoacă o permanentă dregere a glasului;
— prurit;
— entorse recidivante ale gleznelor;
— oboseală intelectuală cu dureri de cap;
— impresie de epuizare la căldură.

Principalele indicaţii
— entorse repetate;
— epuizare la căldură;
— dureri de cap după o muncă intelectuală;
— insolaţie.

Comparaţii şi asocieri
Calcarea fluorica: entorsă.
Lachesis: dureri de cap după expunerea la soare.
Kalium phosphoricum: oboseală intelectuală.

NATRUM MURIATICUM

Origine
Sarea de mare, adică clorură de sodiu. Se ştie că absorbţia masivă de apă de mare este toxică şi că provoacă tulburări neurologice grave. Se cunoaşte de asemenea rolul sării în funcţionarea renală, schimburile de apă şi regularizarea tensiunii arteriale.
Medicamentul homeopatic se dovedeşte foarte activ asupra:
— pielii;
— mucoaselor;
— stării generale.

Simptome caracteristice
— senzaţie de furnicături la extremităţi;
— spasmofilie;
— agravare la zece seara, la soare, la malul mării;
— periodicitate cotidiană;
— sete, dorinţa de sare;
— tulburări ale apetitului, bulimie.

Principalele indicaţii
— convalescenţă după maladii infecţioase şi slăbire;
— oboseală legată de creştere;
— constipaţie, scaun uscat;
— supărare din dragoste, depresie.

➢ ***Prescriere medicală***
— herpes labial recidivant;
— urticarie la soare şi la efort;
— acnee a frunţii pe o piele grasă;
— eczemă uscată;
— astm;
— rinită trenantă;
— sindrom premenstrual.

Comparaţii şi asocieri
Sepia: eczemă, sindrom premenstrual.

De avut în casă
Natrum muriaticum 9 CH, 1 tub.

NATRUM MURIATICUM: sensibilitate

Situații sensibile
Toate maladiile care provoacă sau agravează slăbirea și deshidratarea, maladiile infecțioase, gripele, maladiile ORL febrile ale copilului, dar și gastro-enteritele cu pierdere importantă de lichide. Toate situațiile care perturbă echilibrul afectiv de *Natrum muriaticum*, temperamentul foarte emotiv, îndeosebi în timpul adolescenței, conflictele cu un părinte, decepțiile și rupturile sentimentale.

Persoane sensibile
Acest medicament este indicat, mai ales, la copii, adolescenți și adulții tineri, cazul tipic fiind adolescenta. Totdeauna este un subiect mai curând longilin, marcat de o slăbire a părții de sus a corpului și o tendință la celulită a părții de jos a corpului. De cele mai multe ori brunetă, pielea ei este grasă pe frunte și uscată în jurul buzelor, deseori fisurate, iar limba prezintă zone albicioase. Sperioasă, obosind repede, fata se plânge de tulburări circulatorii ale extremităților.

➢ *În echilibru*
Este în mod clasic o adolescentă grațioasă, emotivă, căreia îi plac dansul, muzica, cântă deseori la un instrument, este foarte sensibilă la mediul afectiv. Poate să aibă un comportament excesiv, instabil, fie hiperactiv, fie supărăcios, închisă în camera și în visele ei „romantice".

➢ *În dezechilibru*
Epuizată fizic și moral, numai inteligența ei rămâne foarte vioaie; închisă în sine, izolată, plânge mult, refuză să comunice și orice tentativă de consolare e zadarnică. Tulburările apetitului sunt totdeauna prezente, fie dezgust și anorexie, fie foame bruscă și violentă și uneori bulimie. Sentimentul de tristețe, de durere intensă, îndeosebi după o ruptură sentimentală, poate lăsa locul unei depresii profunde, care necesită o îngrijire medicală și psihologică.

NATRUM SULFURICUM

Origine
Sulfatul de sodiu.

Simptome caracteristice
Toate simptomele sunt agravate la umiditate.
— înțepenire articulară a spatelui și a membrelor inferioare;
— expectorații ORL sau bronhice abundente;
— diaree lichidă, dimineața, imediat după micul dejun;
— descuamare la nivelul picioarelor sau mâinilor (pielea cade în fâșii mari);
— stare depresivă, disperare de propria stare.

Principalele indicații
— coxartroză, artroză a genunchiului, cu înțepeneală pe vreme umedă;
— bronșită cronică;
— colită cronică;
— dishidroză a mâinilor și picioarelor;
— urmări ale unui traumatism cranian.

Comparații și a asocieri
Rhus toxicodendron: reumatism.
Arnica: traumatism.
Dulcamara: agravare la umiditate.

NEDREPTATE

Un sentiment de nedreptate, de vexare sau de frustrare poate să apară în urma multor evenimente și să provoace o iritabilitate sau să declanșeze numeroase tulburări psihosomatice, precum lacrimile, tulburările urinare sau digestive. Atunci se ia *Staphysagria 15 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar.

NEGRU

— teama de negru, coşmaruri: *Stramonium 15 CH*, 5 granule la culcare;

— teama de noapte: *Arsenicum album 15 CH*, 5 granule la culcare.

NERĂBDARE

Picioare neastâmpărate, nevoia de a le mişca fără încetare. *Zincum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de opt zile. Dacă simptomul persistă, consultaţi medicul.

Temperament nerăbdător, coleric: *Nux vomica 15 CH*, 5 granule pe zi.

NERVOZITATE

Nervozitatea este un simptom şi trebuie să fie luat în considerare în ansamblul contextului şi al sensibilităţii reacţionale a fiecărui pacient. Cel mai important va fi deci tratamentul de fond. Între timp, se iau 5 granule, de repetat dacă e necesar:

— agitaţie, furie ameliorată de plimbare, legănări sau vibraţii (maşină, tren): *Chamomilla 15 CH*;

— agitaţie cu dispoziţie instabilă în urma unei emoţii: *Ignatia 15 CH*;

— iritabilitate în urma unei contrarietăţi, cu un sentiment de frustrare, de vexare: *Staphysagria 15 CH*;

— în caz de viermi intestinali la copii: *Cina 15 CH*.

În toate cazurile se poate adăuga *Sédatif PC*, 5 granule sau 2 comprimate sau 1 supozitor, 1-2 ori pe zi.

NEVRALGIE

În toate cazurile, o nevralgie este un semn care trebuie să ducă la consultarea medicului. Între timp, se iau mai întâi unu-două medicamente, alese în funcţie de caracterele durerii, în 15 CH, din oră în oră (pentru două medicamente se alternează la fiecare două ore).

— durere bruscă, în urma unei răceli: *Aconitum*;

— durere insuportabilă, provocând iritabilitate şi furie: *Chamomilla*;

— durere ameliorată de căldura locală: *Arsenicum album*;

— durere ca o contuzie: *Arnica*;

— durere ca un curent electric, care se deplasează de-a lungul unui nerv: *Hypericum*;

— durere agravată la cea mai mică mişcare: *Bryonia*;

— durere ameliorată de mişcarea lentă: *Rhus toxicodendron*;

— durere spasmodică, obligând la îndoirea sau la aplecarea în faţă: *Colocynthis*;

— durere de crampe: *Cuprum*;

— nevralgie care se repetă zilnic, la oră fixă: *Cedron*.

➢ *Şi*

Se adaugă un medicament ales în funcţie de localizare, în 15 CH, 5 granule din două în două ore:

— nevralgie anală: *Aesculus*;

— nevralgie cervico-brahială: *Actaea racemosa*;

— nevralgie coccigiană: *Ruta*;

— nevralgie crurală: *Gnaphalium*;

— nevralgie dentară: *Staphysagria*;

— nevralgie facială: *Spigelia*;

— nevralgie intercostală: *Ranunculus bulbosus*;

— nevralgie oculară: *Prunus*;

— nevralgie ovariană: *Apis*;

— nevralgie sciatică: *vezi SCIATICĂ*;

— nevralgie testiculară: *Clematis erecta*.

NICCOLUM

Origine

Nichelul.

Principalele indicaţii

— dureri de cap legate de epuizare intelectuală, nervoasă;

— tuse laringeeană cu epuizare.

Comparații și asocieri
Kalium phosphoricum: cefaleele epuizaților.
Manganum: tuse și epuizare.

NITRICUM ACIDUM

Origine
Acidul nitric.

Simptome caracteristice
— tăieturi sau fisuri, ulcerații sângerânde cu contururi clare;
— dureri înțepătoare ca cele provocate de așchii, agravate la frig și la atingere;
— formarea de polipi care sângerează cu ușurință;
— aspect galben al pielii.

Principalele indicații
— aftă cu durere ca de așchie;
— ulcer stomacal, când endoscopia arată o leziune lineară;
— recto-colită cu sângerări;
— fisuri anale;
— toți polipii ginecologici, de vezică sau digestivi;
— papilom pe mucoasele genitale;
— veruci galbene.

Comparații și asocieri
Kalium bichromicum: ulcerații cu margini neregulate.
Argentum nitricum: recto-colită.
Antimonium crudum: veruci.

NOD

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.

- impresia de nod în gât: *Ignatia 15 CH*, 5 granule, de repetat, dacă e necesar, de două ori pe zi;
- impresia că ai un nod în stomac, o greutate în rect: *Sepia 9 CH*, 5 granule pe zi.

NODOZITATE

Nodozitate a degetelor datorată artrozei: *Caulophyllum 5 CH* și *Polygonum aviculare 5 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi. Este necesar un tratament de fond al terenului reumatismal.

NOSOLOGIE

Nosologia este clasificarea bolilor în funcție de organele sau țesuturile afectate și de leziuni. Diagnosticul nosologic este uneori suficient ca să se aleagă tratamentul homeopatic, când acesta este specific lezinii unui țesut dat dar, de cele mai multe ori, analiza reacțiilor personale ale maladiei este indispensabilă determinării tratamentului. Medicul homeopat pune la început un diagnostic nosologic, apoi diagnosticul medicamentelor homeopatice ținând cont de maladie și de reacțiile proprii bolnavului.

NUX MOSCHATA

Origine
Nucșoara. Semințele nucșoarei pot să fie toxice în doze mari. Medicamentul homeopatic are acțiune asupra sistemului nervos și sistemului digestiv.

Simptome caracteristice
— somnolență irezistibilă;
— confuzie, pierdere de memorie;
— uscăciune a mucoaselor și a pielii;
— dispoziție instabilă.

Principalele indicații
— indispoziție și somnolență la începutul sarcinii;
— somnolență în urma luării unui medicament.

Comparații și asocieri
Nux vomica: somnolență după mese.

NUX VOMICA

Origine
Nuca vomică. Stricnina, principalul compus, provoacă convulsii, comă şi moarte prin asfixie. Utilizarea terapeutică în doze foarte mici demonstrează acţiunea ei asupra aparatului digestiv şi asupra sistemului nervos.

Simptome caracteristice
— hipersensibilitate la frig şi la zgomot;
— dureri de stomac la două ore după mese;
— agravare dimineaţa la trezire;
— ameliorare printr-un scurt somn;
— somnolenţă după mese;
— dorinţă de excitanţi, de alcool.

Principalele indicaţii
— indigestii;
— urmări ale meselor festive;
— prevenirea mahmurelii;
— constipaţie cu nevoie falsă;
— hemoroizi;
— aciditate;
— rinită sau guturai, la început cu strănuturi, nas înfundat şi frisoane;
— sindromuri gripale;
— insomnia surmenaţilor.

➤ ***Prescripţie medicală***
— teren anxios, care se manifestă printr-o iritabilitate cu spasme, furie, hipersensibilitate la frig;
— după tratamentele medicale lungi sau excesive (oprirea tranchilizantelor, abuz de laxative, de cafea, de excitante).

Comparaţii şi asocieri
Lycopodium: balonări.
Ignatia: spasme, hipersensibilitate nervoasă.

De avut în casă
Nux vomica 5 CH, 1 tub.
Nux vomica 9 CH, 1 tub.

NUX VOMICA: sensibilitate

Situaţii sensibile
— mesele prea copioase sau cu consum prea mare de alcool;
— surmenajul şi grijile profesionale, mai ales dacă sunt însoţite de sedentarism sau de o alimentaţie prea bogată;
— excesele de calmante sau de stimulente.

Persoane sensibile
În practică, toată lumea poate să aibă tulburări digestive tratabile cu *Nux vomica*. În schimb, pe plan emotiv şi funcţional, unele persoane par mai sensibile, îndeosebi în anumite situaţii.

➤ *În echilibru*
Este o persoană foarte activă, foarte ocupată. Apare în general ca un om de afaceri, dar poate să fie o femeie care cumulează serviciul, casa şi copiii, chiar un copil surmenat de şcoală, prieteni şi activităţi extraşcolare. Nu-i place să fie contrazis şi ar vrea să fie totdeauna cel mai eficace. Zahărul pentru copii, tutunul, alcoolul şi excitantele pentru cei mari stimulează momentan, dar nu fac decât să le agraveze cazul.

➤ *În dezechilibru*
Oboseala lui se accentuează mai ales după mese şi la trezire; devine din ce în ce mai hipersensibil, iritabil şi coleric, iar tulburările digestive se agravează.

Noaptea se trezeşte pe la trei dimineaţa, cuprins de dureri de stomac şi de anxietate. Se gândeşte la tot ce are de făcut şi se agită ca să adoarmă abia aproape în zori, exact înainte de a suna ceasul, ceea ce nu ameliorează deloc toropeala la trezire şi proasta dispoziţie.

O

OBEZITATE

Vezi GREUTATE.

OBSTRUCȚIE

➢ **Impresia de nas înfundat**
Lycopodium 9 CH, 5 granule pe zi.
➢ **Nas înfundat, noaptea, cu scurgere la trezire**
Nux vomica 9 CH, 5 granule la culcare.
➢ **Nas înfundat, în permanență, cu apăsare**
Sambucus 5 CH, 5 granule de 3 ori pe zi.
➢ **Impresia de ureche înfundată**
Kalium muriaticum 9 CH, 5 granule pe zi.
Dacă simptomele persistă, se consultă medicul.

OFTALMIA ZĂPEZII

Ea e provocată de reverberațiile foarte puternice ale zăpezii. Ochii trebuie protejați cu ochelari eficace și se vor lua: *Ruta 9 CH* și *Euphrasia 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

OLEANDER

Origine
Leandrul.

Principalele indicații
— erupție eczematoasă, supurândă, pe cap sau în spatele urechilor;
— pecingine;
— incontinență a scaunului;
— oboseală intelectuală, lene, aversiune față de muncă.

Comparații și asocieri
Graphites și *Mezereum*: erupție supurândă, pecingine.
Aloe: incontinență a scaunului.
Mercurius solubilis: copil cu întârziere psihomotorie și tendință la supurații.

OMOPLAT

Punct dureros sub omoplatul drept: *Chelidonium 6 DH*, 20 de picături de 2 ori pe zi. Dacă simptomele persistă, consultați medicul pentru analize hepato-veziculare, căci acest punct este caracteristic unei suferințe a vezicului biliare.

ONOSMODIUM

Origine
Meiul păsăresc.

Principalele indicații
— globi oculari dureroși și dificultăți de acomodare;
— impotență, frigiditate.

Comparații și asocieri
Ruta: oboseală oculară.
Agnus castus, Sepia: impotență, frigiditate.

OPIUM

Origine
Macul. În doze mici, opiumul provoacă o diminuare a sensibilității dureroase (morfină) și o stare de excitare psihică. În doze mari, se constată un efect hipnotic și anestezic. Toxicologia arată că efectele opiumului sunt variabile în funcție de sensibilitatea subiecților.

Simptome caracteristice
— obnubilare, stare de abrutizare;
— constipație prin atonie.

Principalele indicații
— reluarea tranzitului după o intervenție chirurgicală;
— absența durerii în ciuda unei patologii dureroase;
— comă;
— insomnie în urma unei emoții.

Comparații și asocieri
Gelsemium: urmările unei emoții, unei spaime;
Bryonia: constipație prin atonie.

ORAR ✦

Orarul după care survine o manifestare funcțională cronică — astm, migrenă, insomnie sau oboseală — este foarte important și permite deseori medicului homeopat să orienteze sau să confirme alegerea medicamentelor homeopatice:
— trezire: *Lachesis*;
— orele zece: *Natrum muriaticum*:
— orele unsprezece: *Sulfur*;
— după masă: *Nux vomica*;
— de la orele șaisprezece la orele douăzeci: *Lycopodium*;
— în amurg: *Phosphorus*;
— orele douăzeci și unu: *Chamomilla*;

— la culcare: *Lachesis*;
— la miezul nopții: *Sambucus*;
— de la unu la trei dimineața: *Arsenicum album*;
— trei dimineața: *Nux vomica*;
— de la trei la cinci dimineața: *Kalium carbonicum*;
— cinci dimineața: *Thuya*.

OREION

Diagnosticul nu pune în general probleme în fața umflării caracteristice a glandelor salivare și a „capului în formă de pară”. Medicul trebuie consultat ca să confirme diagnosticul și să trateze eventualele complicații. Reamintim în trecere că faimoasa orhită nu apare decât după pubertate.

Până la consultarea medicului:

Hepar Sulfur 15 CH, 1 doză de la primele simptome, de repetat după douăsprezece ore, și *Mercurius solubilis 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, timp de opt zile.

ORHITĂ

Orice umflare, dureroasă sau nu, a unui testicul trebuie să ducă la consultarea rapidă a medicului.

— dacă testiculul este cald și dureros, să se ia fără întârziere *Belladonna 9 CH* și *Clematis erecta 5 CH*, 5 granule, în alternanță, oră de oră;

— în cazul orhitelor care survin în cursul oreionului: *Mercurius solubilis 9 CH*, 5 granule oră de oră;

— după vindecare, dacă persistă un nodul dureros, să se ia *Bromum 9 CH*, 5 granule pe zi, și *Medorrhinum 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de o lună.

ORIGANUM

Origine
Măghiranul.

Principalele indicații
Excitație sexuală la femeie.

Comparații și asocieri
Numeroase medicamente (*Murex, Lilium tigrinum, Platina*) figurează în cărțile medicale vechi, referitor la dorința sexuală. În practică este însă dificil să se aprecieze acțiunea exactă a acestui tip de medicament.

OSCILLOCOCCINUM

Origine
Preparat pe bază de ficat de rață.

Principalele indicații
— stări gripale: 1 doză de 3 ori pe zi, timp de două zile de la primele simptome de gripă;
— în caz de otită acută la copil: 1 doză de la primele simptome, de repetat de două ori în douăzeci și patru de ore.

OSTEOFIT

Calcarea fluorica 9 CH și *Hekla lava 9 CH*, 5 granule pe zi în cure de două luni de 2-3 ori pe an.
Medicul va prescrie un tratament de fond al artrozei. *Vezi ARTROZĂ.*

OSTEOPOROZĂ

Riscul de osteoporoză este deseori prezentat ca justificarea fără drept de apel a tratamentului hormonal sistematic și obligatoriu la menopauză. Acest risc îl prezintă în jur de 15% dintre femei și poate să fie depistat prin aflarea factorilor care predispun la această afecțiune:
— sedentarismul;
— alcoolismul;
— tabagismul;
precum și prin examene ca densitometria osoasă.

Această demineralizare afectează în mod esențial coloana vertebrală cu riscul de fractură și tasare a corpului vertebrelor și a oaselor lungi, în special a colului femurului.
În practică, fie riscul de fractură este foarte mare și tratamentul hormonal se impune (tratamentul homeopatic va fi complementar și va favoriza o bună mineralizare), fie riscul e mediu sau destul de slab (în marea majoritate a cazurilor) și tratamentul homeopatic asociat unei bune activități fizice și unor complemente nutriționale este suficient pentru a preveni consecințele nefaste ale căderilor (colul femurului, încheietura mâinii, umăr).
Se ia sistematic 1 doză de 2 ori pe săptămână: *Silicea 15 CH,* pentru persoane slabe, sau *Calcarea carbonica 15 CH,* pentru femeile durdulii, cu tendință la îngrășare.
În ambele cazuri, tratamentul trebuie făcut câțiva ani, de exemplu în cure de trei luni cu pauze de o lună.
În ambele cazuri se adaugă:
— *Ostéocynésine*, 2 comprimate de ronțăit dimineața și seara;
— *Bioptimum complement mineral osos*, 2 comprimate dimineața și seara.
Aceste două specialități pot să fie luate în cură de trei luni, de 2 ori pe an. Bineînțeles, în mod regulat se vor face examene complementare: analiza sanguină, examen radiologic (densitometrie osoasă).
Exercițiile fizice și practicarea regulată a unui sport, a gimnasticii sau a masajului și a reeducării sunt tot atâtea atuuri indispensabile prevenirii osteoporozei.
Vezi MENOPAUZĂ.

OTITĂ

Otită congestivă clasică
Oscillococcinum, 1 doză de la primele simptome, de repetat după șase sau opt ore.
➢ *Și:*
Paratyphoidinum B 15 CH, 1 doză după o oră.
➢ *Și:*
Timp de patruzeci și opt de ore, până la consultarea medicului, se face următoarea poțiune:

— *Belladonna 9 CH,*
— *Capsicum 5 CH,*
— *Ferrum phosphoricum 9 CH.*

Se dizolvă 10 granule din fiecare într-o jumătate de pahar de apă sau 80 cl de apă într-un biberon şi se bea (sau se dă de băut copilului) o gură din această poțiune, din oră în oră.

➢ *Şi:*

La culcare:

Arsenicum album 9 CH, 5 granule, dacă durerea e mai puternică noaptea şi este ameliorată de o compresă sau de picături calde (majoritatea cazurilor);

— *Chamomilla 15 CH,* 5 granule dimineața şi seara, dacă copilul e coleric şi vrea să fie luat în brațe.

Tratamentul trebuie să fie urmat două zile. Rezultatele sunt în general excelente. Dacă febra sau durerile persistă după patruzeci şi opt de ore, urechea trebuie examinată de medic.

Otită seroasă

Se numeşte astfel secreția seroasă cronică din spatele timpanului şi în trompele lui Eustache.

Suprainfecțiile frecvente complică bineînțeles problemele, iar înmulțirea tratamentelor cu antibiotice agravează terenul aflat la originea recidivelor.

Tratamentul de fond homeopatic este deci indispensabil. În aşteptarea demarării acestuia, pentru tratarea secrețiilor sero-mucoase: *Mercurius dulcis 9 CH,* 5 granule dimineața şi seara.

➢ *Şi:*

Kalium muriaticum 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

Un control ORL trebuie să se facă din şase în şase luni la început pentru a se verifica starea timpanelor; dacă există cel mai mic risc de suferință sau de deformare a timpanelor, se vor pune drenuri şi tratamentul de fond homeopatic va continua minimum un an.

Toate otitele care supurează trebuie să fie imediat văzute de medic.

OTOREE

Orice scurgere din ureche trebuie să fie examinată de medic, care va hotărî dacă e necesar un tratament cu antibiotice. Unele otoree cronice rezistă la toate antibioticele. Tratamentul homeopatic poate să fie în acest caz foarte eficace: *Silicea 15 CH* şi *Mercurius solubilis 9 CH,* 5 granule din fiecare zilnic, timp de două-trei luni.

OTRĂVIRE

— intoxicație alimentară: *Arsenicum album 15 CH,* o doză de repetat după patru ore. Consultați rapid medicul.

— pacientul crede că e otrăvit, condamnat, de nevindecat: *Arsenicum album 15 CH.*

Vezi FOBIE.

OVAR

Durerile de ovare trebuie să ducă la consultarea medicului şi la un examen ecografic, în special pentru depistarea unui chist sau a unei tumori. Durerile pot să fie şi funcționale şi să apară în momentul ovulației sau al menstrelor.

— dureri în momentul ovulației: *Folliculinum 15 CH,* 1 doză în a zecea zi a ciclului;

— dureri în momentul menstrelor: în partea dreaptă *Palladium 9 CH,* 5 granule de 3 ori pe zi; în partea stângă, *Actaea racemosa 9 CH,* 3 granule de 3 ori pe zi, înainte de menstre.

OVULAȚIE

➢ **Dureri la ovulație**: *Folliculinum 15 CH,* 1 doză în a zecea zi a ciclului.

➢ **Sângerări la ovulație**: *Bovista 9 CH,* 5 granule de 2 ori pe zi, din a zecea zi a ciclului.

➢ **Pentru reglarea datei ovulației:**

Folliculinum 9 CH, 1 doză în a zecea zi; *Folliculinum 12 CH,* 1 doză în a unsprezecea zi; *Folliculinum 15 CH,* 1 doză în ziua a douăsprezecea.

OXALICUM ACIDUM

Origine
Acidul oxalic.

Principalele indicații
Calculi (litiază) renali de oxalat.

Comparații și asocieri
Lycopodium: calculi renali de oxalat.

OXIURI

Trebuie să se dea vermifug persoanei respective și *Cina 15 CH*, 1 doză, trei zile la rând.

Unele persoane sunt mai sensibile decât altele la recidiva paraziților. Această sensibilitate indică un teren deosebit care poate să fie tratat cu *Psorinum 15 CH*, 1 doză pe săptămână, în cură de o lună, de 2-3 ori pe an.

OZENĂ

Leziune a mucoaselor nazale care provoacă secreții urât mirositoare și coji: *Kalium bichromicum 9 CH* și *Mercurius solubilis 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, timp de o lună.

P

PAEONIA

Origine
Bujorul.

Principalele indicații
— hemoroizi cu supurare a mucoasei anale;
— fistule anale;
— coșmaruri înspăimântătoare.

Comparații și asocieri
Aesculus: hemoroizi.
Nitricum acidum: fisuri anale.
Sulfur: pusee hemoroidice și coșmaruri.

Paeonia este deseori asociată în formule compuse, *Aesculus compus* sau *Avenoc*, sau folosită în alifii (alifie cu *Paeonia*).

PALLADIUM

Origine
Paladiul, metal din mina de platină.

Principalele indicații
— durere acută a ovarului drept;
— caracter orgolios.

Comparații și asocieri
Platina: durere a ovarului stâng și temperament orgolios.

PALPITAȚII

Trebuie consultat medicul și făcut un examen cardiologic pentru determinarea cauzei. Aceasta e uneori pur și simplu nervoasă. Se iau o dată sau de două ori pe zi 5 granule:
— în urma unei emoții: *Ignatia 15 CH*;
— în urma unei spaime: *Gelsemium 15 CH*;
— după masă: *Lycopodium 9 CH*;
— după abuz de cafea: *Nux vomica 9 CH*;
— după sport: *Arnica 15 CH*.
În caz de hipertiroidie (boala lui Basedow), în afara tratamentului specific, se vor lua *Lycopus 5 CH* și *Spigelia 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

PALUDISM

Nu există tratament homeopatic al paludismului. În schimb, abuzul de chinină preventiv sau curativ poate să ducă la oboseală sau tulburări digestive: *China 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de o lună.

PANARIȚIU

De la primele simptome, dureri, înroșiri, umflături, trebuie:
— să se facă băi de trei ori pe zi, în *Dakin,* diluat pe jumătate cu apă;
— *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză, de repetat la fiecare douăsprezece ore, de trei ori;
— *Belladonna 9 CH* și *Tarentula cubensis 5 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.
După patruzeci și opt de ore, dacă panarițiul este dureros și nu s-a dezumflat, trebuie consultat medicul.

PANCREATITĂ

Diagnosticul de pancreatită acută sau cronică este stabilit de medic după un anumit număr de investigații. În afara unei intervenții chirurgicale, se poate adăuga tratamentului: *Phosphorus 15 CH*, 1 doză dimineața și seara, timp de zece zile.

PANICĂ

Sentimentul de panică, de trac, evocă mai întâi *Gelsemium 15 CH*, 1 doză în ajunul probei sau examenului.
O criză de panică poate să apară brusc, pe neașteptate, cu palpitații, transpirații, congestie a feței și sentimentul de spaimă. Se ia cât mai repede posibil *Aconit 30 CH*, 5 granule, de repetat după zece minute. Dacă crizele sunt prea frecvente, trebuie consultat medicul.

PAPILOM

Aceste mici veruci ale pielii sau ale mucoasei sunt de origine virală și trebuie să fie tratate, căci pot degenera în cancer, în special la nivelul mucoaselor uro-genitale (vezică, col uterin). Trebuie deci consultat medicul pentru tratarea și supravegherea evoluției. Apariția sau înmulțirea lor indică totdeauna o modificare de teren care trebuie să fie tratată cu: *Thuya 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de trei luni, și *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

PARADOXAL

Unele simptome pot să pară paradoxale: greața provoacă dorința violentă de a mânca, tusea e calmată de o țigară, îți vine somnul bând cafea. În caz de simptom paradoxal, se ia *Ignatia 15 CH*, 5 granule, 1-2 ori pe zi.

PARAFIMOZĂ

Edem important al glandului datorat unei strangulări a prepuţului (decalotare forţată). Trebuie consultat de urgenţă medicul. Între timp, se ia: *Apis 15 CH*, 5 granule la fiecare jumătate de oră.

PARALIZIE FACIALĂ

Ca urmare a unei răceli, a unui curent de aer: *Aconitum 15 CH*, 5 granule din două în două ore, timp de două zile. În cazurile vechi, pentru a trata sechelele: *Causticum 15 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara, timp de o lună.

PARATYPHOIDINUM B

Origine
Preparat pe bază de cultură de *Salmonella paratyphi B*.

Principalele indicaţii
Colită cronică, cu diaree, în urma unei salmoneloze sau nu.
Acest medicament se dovedeşte foarte util în cazul otitei acute a copilului, însoţită de diaree.

PARAZIT

Paraziţii trebuie să fie depistaţi, identificaţi şi să li se aplice un tratament specific. Unele persoane par mai sensibile decât altele la aceste infecţii sau la recidivele lor: *Psorinum 15 CH*, 1 doză de 2 ori pe lună, în cură de două luni, de 3 ori pe an.

PAREIRA BRAVA

Origine
Plantă originară din America de Sud.

Principalele indicaţii
Colici nefritice.

Comparaţii şi asocieri
Berberis: colici nefritice.
Aceste două medicamente au o acţiune antispasmodică asupra căilor urinare, care poate să fie spectaculoasă în cazul colicilor nefritice.
Mai sunt considerate şi „drenoare" urinare, adică facilitează excreţia urinară.

PARESTEZIE

Senzaţii anormale nedureroase (senzaţie de amorţeală, de arsură sau de rece), deseori provocate la atingerea uşoară a pielii: *Thuya 9 CH* şi *Kalium carbonicum 9 CH*, 3 granule pe zi, timp de opt zile.
Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

PARIS QUADRIFOLIA

Origine
Dalacul.

Principalele indicaţii
— dureri de cap cu dureri în adâncul ochilor, de parcă ar fi traşi spre spate;
— nevralgii cervicale, torticolis cu dureri iradiante spre braţe;
— criză de locvacitate cu cuvinte confuze.

Comparaţii şi asocieri
Lachesis: dureri de cap, locvacitate.
Lachnantes: torticolis.

PARKINSON

Maladia lui Parkinson se manifestă atât prin tremurături, rigiditate, precum şi printr-o diminuare a tuturor mişcărilor. Tratamentul homeopatic completează tratamentele clasice şi permite stabilizarea lor: *Gelsemium 15 CH*, 5 granule zilnic, şi *Manganum 9 CH*, 5 granule de două ori pe zi.

PAROTIDĂ

Umflarea parotidei trebuie să ducă la consultarea medicului. Între timp se ia *Mercurius solubilis 9 CH*, 5 granule din oră în oră.

Vezi OREION.

PASTĂ DE DINȚI

Chiar dacă folosirea mentei (ceai, bomboane) nu este contraindicată după un anumit timp de la luarea medicamentelor homeopatice, tratamentele de fond fiind, în general, administrate dimineața și seara, cu puțin timp înainte sau după spălarea dinților, este preferabil să se folosească o pastă de dinți fără mentă. Laboratoarele homeopatice oferă pastă de dinți special adaptată tratamentelor homeopatice (*Homéodent*).

PĂDUCHI

De păduchi, care invadează uneori grădinițele, este uneori greu să te debarasezi, în pofida tratamentelor locale. Ba unii copii par a fi niște gazde privilegiate. Atunci se administrează: *Psorinum 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de două luni.

PĂR

— căderea părului: *vezi ALOPECIE*;
— păr gras: *Phosphoricum acidum 9 CH*, 5 granule pe zi;
— păr uscat: *Thuya 15 CH*, 1 doză pe săptămână;
— păr ud: guturai după ce ai ieșit cu părul ud: *Belladonna 15 CH*, 5 granule, de repetat la fiecare trei ore, de 3-4 ori. Acest medicament e foarte practic pentru copiii care fac sistematic guturai după ce au înotat: se iau 5 granule la ieșirea din piscină;
— coji la rădăcina părului: *Graphites 15 CH* și *Oleander 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi;
— pelicule: *Natrum muriaticum 9 CH*, 5 granule pe zi.

PECINGINE

Infecție a pielii provocată fie de streptococi, fie de stafilococi, manifestându-se prin cruste cu puroi, în general la nivelul pielii. În afara dezinfectării leziunilor, se adaugă: *Mezereum 9 CH* și *Graphites 15 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi, timp de patru-cinci zile. Dacă leziunile nu se ameliorează după patruzeci și opt de ore sau dacă apare febra, trebuie consultat medicul.

Recidiva pecinginei, pe lângă recomandările de igienă, necesită un tratament de teren, de cele mai multe ori: *Antimonium crudum 9 CH*, 5 granule timp de o lună, de repetat în caz de recidivă.

PELADA

Pelada în plăci are totdeauna o cauză emoțională și va trebui deci să se facă repede un tratament de teren. Între timp se iau: *Fluoricum acidum 9 CH* și *Thallium aceticum 9 CH*, 5 granule din fiecare dimineața și seara.

PELICULE

Se vor lua *Phosphoricum acidum 9 CH* și *Arsenicum iodatum 9 CH*, 5 granule din fiecare dimineața și seara. Dacă simptomele persistă, consultați medicul: e posibil să depisteze o micoză sau psoriasis.

PENICILLINUM

Origine
Penicilina.

Principalele indicații
— convalescențe trenante, infecții persistente, oboseală și febră trenantă;

— reacție la antibioticele din familia penicilinelor.

Comparații și asocieri
China: convalescență cu febră trenantă.

PERFECȚIONIST

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Caracterul perfecționist indică sensibilitatea la anumite medicamente:

— *Arsenicum albm*: extrem de meticulos;

— *Lycopodium*: ordonat, riguros în muncă.

PERFORANT

Se numește afecțiune perforantă ulcerația pielii cu dureri violente: *Luesinum 15 CH*, 1 doză de 2 ori pe săptămână, și *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

PERIARTRITĂ

Tratamentul periartritei umărului, PASH (periartrită scapulo-humerală), este uneori de lungă durată și, în afara cauzelor în care e de dorit o infiltrație, umărul fiind complet blocat și hiperdureros, pacientul trebuie să fie răbdător. Baza de tratament va fi o bună reeducare, blândă și progresivă. Se ia sistematic *Ferrum metallicum 9 CH*, 5 granule dimineața și seara, și se adaugă *Bryonia 9 CH* și *Sanguinaria 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

Dacă radiografia pune în evidență calcificări, se adaugă: *Solanum malacoxylon 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

PERICARDITĂ

Simptomele sunt foarte apropiate de cele ale infarctului, constituie deci o urgență medicală. După tratament, pot să se mențină

dureri ale pericardului ce pot fi ameliorate cu *Bryonia 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, timp de zece-cincisprezece zile.

PERIFLEBITĂ

Este o inflamație a peretelui extern al venelor, cu înroșirea pielii și durere la atingerea ușoară a venei. Local, se pun comprese îmbibate cu *Calendula TM*, 50 de picături la o jumătate de pahar de apă fiartă și răcită. Se vor lua *Belladonna 9 CH* și *Vipera 5 CH*, 5 granule, în alternanță, la fiecare oră.

Atenție: dacă inflamația ajunge la peretele intern al venei, există risc de flebită, de aceea medicul trebuie consultat repede în toate cazurile.

PERITONITĂ

Pântecele e foarte dureros, tare la pipăit, e vorba de o urgență chirurgicală. Se pune gheață pe burtă în așteptarea ambulanței și se ia din zece în zece minute *Bryonia 9 CH*, 5 granule.

PERTUSSINUM

Origine
Preparat pe baza expectorațiilor unui bolnav de tuse convulsivă.

Principalele indicații
Tuse convulsivă în accese, uneori cu vomă, în cazul traheitelor infecțioase sau alergice, la bolnavi care au avut tuse convulsivă sau au avut, cu ocazia fiecărui guturai sau fiecărei gripe, tuse spasmodică.

În caz de tuse convulsivă, e preferabil să se dea *Pertussinum* mai curând după decât de la începutul maladiei, când riscă să agraveze cazul.

Comparații și asocieri
Drosera și *Coralium rubrum*: tuse convulsivă, tuse spasmodică.

PETROLEUM

Origine
Petrolul alb purificat.

Simptome caracteristice
— simptomele sunt agravate de frig;
— erupţii de vezicule urmate de cruste,
— fisuri, pielea pare murdară;
— greaţă cu sudore rece şi vomă.

Principalele indicaţii
— eczema celor care lucrează în contact cu benzina;
— fisuri şi crăpături în vârful degetelor (şi la picioare), care reapar în fiecare iarnă;
— rău de maşină ameliorat la cald şi mâncând.

Comparaţii şi asocieri
Nitricum acidum: crăpături şi fisuri.
Cocculus: rău de maşină.

PHOSPHORICUM ACIDUM

Origine
Acidul fosforic recomandat în astenii.

Simptome caracteristice
— senzaţie de epuizare intelectuală şi nervoasă;
— senzaţie de greutate pe cap;
— hipersensibilitate senzorială;
— dureri de-a lungul oaselor;
— tulburări ale mineralizării.

Principalele indicaţii
— depresie nervoasă din cauza epuizării în urma grijilor sau surmenajului;
— oboseală nervoasă din cauza excesului de muncă, la studenţi;
— dureri de creştere;
— urină lăptoasă, cu numeroşi fosfaţi descoperiţi în urma analizei;
— pete albe pe unghii;
— căderea precoce a părului în urma oboselii sau a grijilor.

Comparaţii şi asocieri
Kalium phosphoricum: oboseală nervoasă şi exces de muncă.
Calcarea phosphorica: dureri osoase de creştere.
Silicea: tulburări ale mineralizării, pete albe pe unghii.

PHOSPHORUS

Origine
Fosforul este cunoscut ca fiind combustibil pentru chibrituri şi focuri de artificii, precum şi pentru marea lui toxicitate (intră în compoziţia unor pesticide). Intoxicaţia acută provoacă o afecţiune ireversibilă a ţesuturilor nobile, în special a ficatului, în timp ce intoxicaţia cronică duce la o necroză osoasă.

Simptome caracteristice
— hipersensibilitate senzorială;
— arsuri între umeri, pe podul palmelor şi picioare;
— senzaţia de inflamare a laringelui;
— agravare la frig;
— ameliorare la cald;
— dorinţă de alimente reci;
— foame noaptea.

Principalele indicaţii
— pregătirea pentru operaţii;
— răguşeală;
— sângerarea nasului;
— dispoziţie instabilă;
— tendinţă excesivă spre oboseală;
— ameţeli la bătrâni;
— tendinţă hemoragică;
— hepatită virală;
— gastro-enterită;
— acetonemie;
— pneumonie.

Comparaţii şi asocieri
Arsenicum album: gastro-enterite.
Ferrum phosphoricum: tendinţe hemoragice.

PHOSPHORUS: sensibilitate

Situaţii sensibile
Acţiunea foarte eficace a lui *Phosphorus* îşi justifică utilizarea în cazuri foarte precise, precum hepatita acută sau unele pneumonii acute, indiferent de profilul psihologic sau morfologic al subiectului.
În schimb, situaţiile de stres, perturbările mediului înconjurător, uman sau atmosferic, acţionează puternic asupra individului sensibil, care e uşor de recunoscut după caracterul său, dacă nu „inflamabil", cel puţin foarte impresionabil.
Persoane sensibile
Individul sensibil la *Phosphorus* are o constituţie şi un temperament foarte uşor de recunoscut. E longilin, i se mai spune şi fosforic, în opoziţie cu constituţia carbonică* de *Calcarea carbonica* sau fluorică* de *Calcarea fluorica*.

➢ *În echilibru*
Subţire, zvelt, trebuie să-şi supravegheze spatele, căci are tendinţă să se cocoşeze; constituţia îl face să obosească uşor.
Emotiv, vulnerabil, el e hipersensibil la mediul înconjurător: zgomot, frig, mirosuri puternice, antipatie şi mai presus de orice la furtună; în schimb, dacă ambianţa e bună, se simte în plină formă.
Obosind repede, entuziast, el este ca fosforul, avid de oxigen şi se „aprinde" repede.

➢ *În dezechilibru*
Se simte epuizat, vulnerabilitatea sa se accentuează; epuizat fizic şi nervos, el e trist şi descurajat. Se plânge de dureri, în special între omoplaţi, şi de o senzaţie de gol în stomac, dar şi în cap; toate aceste simptome se agravează seara în amurg.
Instabil, rezultatele sale şcolare sunt neregulate.
Se consumă repede, iar temperamentul său excesiv este limitat de fragilitatea sa fizică şi nervoasă.

PHYTOGARGARISME

Origine
Specialitate homeopatică, soluţie pentru băi de gură şi gargare.

Principalele indicaţii
Dureri de gât, afte.

PHYTOLACCA

Origine
Cârmâzul.

Simptome caracteristice
— faringe inflamat, cu o coloraţie de un roşu închis a pilaştrilor amigdalei;
— durerea iradiază spre ureche;
— dureri de sâni înainte de menstre, cu întărire dureroasă.

Principalele indicaţii
— anghină;
— sindrom premenstrual, sâni dureroşi şi chistici.

Comparaţii şi asocieri
Mercurius solubilis: asociat foarte des în cazul anghinelor.
Folliculinum: în sindromurile premenstruale.

PICIOR

Durerile de picior au numeroase cauze: artroză, traumatism, tulburări statice, veruci. De aceea, dacă sunt durabile, trebuie consultat medicul.
Între timp, se iau 5 granule de 2 ori pe zi, timp de opt zile:
— îngroşarea pielii, veruci: *Antimonium crudum 9 CH*;
— talpa picioarelor dureroasă, rece şi transpiraţie: *Silicea 9 CH*;
— dureri reumatismale, gută: *Ledum palustre 9 CH*;
— dureri acute, ca un mers pe pietriş: *Lycopodium 9 CH*;

— arsură cu nevoia de a mişca în permanenţă picioarele: *Medorrhinum 15 CH*, 1 doză pe săptămână.

PICRICUM ACIDUM

Origine
Acidul picric.

Principalele indicaţii
— veruci multiple ale tălpii piciorului, mici furuncule ale conductei urechii;
— erecţii nocturne dureroase, care împiedică somnul.

PIOREE ◎

Se fac băi de gură cu *Phytogargarisme*, 20 de picături într-o jumătate de pahar cu apă, şi se ia *Mercurius solubilis 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat dentistul.

PLANTAGO

Origine
Pătlagina.

Principalele indicaţii
— pipi în pat cu urină abundentă;
— renunţare la fumat.

Comparaţii şi asocieri
Natrum muriaticum: enurezie.

PLATINA

Origine
Platina. Toxicitatea sărurilor de platină este cunoscută ca răspunzătoare de alergii respiratorii şi de tulburări cutanate.

Simptome caracteristice
— spasme, crampe;
— hipersensibilitate a aparatului genital feminin;
— comportament orgolios, dispreţuitor;
— constipaţie spasmodică.

Principalele indicaţii
— spasmofilie;
— sindrom premenstrual;
— constipaţie în călătorie.

PLÂNS +

Plânsul nu e neapărat sinonim cu depresia şi, ca orice simptom, el trebuie să fie raportat la context şi la sensibilitatea individuală. Modalităţile de plâns indică medicamentele de fond:
— plânsul şi furia copilului care vrea să fie luat în braţe: *Chamomilla*;
— plâns din nimic, căutarea consolării: *Pulsatilla*;
— plâns alternând cu râs, la cea mai mică emoţie: *Ignatia*;
— plâns inconsolabil: *Natrum muriaticum*.

PLEOAPĂ

Se iau zilnic dimineaţa şi seara 5 granule din medicamentul indicat, timp de opt zile:
— edem al pleoapelor dimineaţa, ameliorat la apă rece: *Apis 15 CH*;
— edem al colţului intern al pleoapei superioare: *Kalium carbonicum 9 CH*;
— spasme ale pleoapei: *Belladonna 9 CH*;
— pleoape lipite dimineaţa: *Graphites 9 CH*;
— eczemă iritantă a pleoapei: *Rhus toxicodendron 9 CH*;
— inflamaţia marginii pleoapei, tendinţă la urcior: *Staphysagria 15 CH*;
— inflamaţie calmată la căldură: *Arsenicum album 9 CH*;
— pleoape căzânde: *Causticum 15 CH*.

PLEUREZIE/PLEURITĂ

O durere sau descoperirea la examenul radiologic a unui epanşament al pleurii trebuie să ducă la investigaţii suplimentare şi la un tratament adaptat. Homeopatia poate să aducă un complement foarte eficace tratamentului specific: *Bryonia 9 CH* şi *Sulfur iodatum 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, de 3 ori pe zi. Acest tratament (timp de cincisprezece zile) va fi deosebit de util după o pneumopatie tratată, dacă se menţin dureri sau apare o inflamaţie vizibilă la radiografie.

PLUMBUM

Origine
Plumbul.

Principalele indicaţii
— constipaţie spasmodică cu stomac foarte dureros;
— unele nevralgii;
— durerile sunt ameliorate la apăsare puternică şi agravate de mişcare.

PNEUMONIE/PNEUMOPATIE

Pneumopatiile acute sunt infecţii pulmonare provocate de viruşi sau de bacterii. O febră ridicată care apare brusc, tusea şi junghiul într-o parte constituie semnele caracteristice. Trebuie consultat imediat medicul. O radiografie precizează sau confirmă diagnosticul.

Între timp, ca o completare a tratamentului, se vor lua: *Bryonia 9 CH* şi *Ferrum phosphoricum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 două ori pe zi, timp de opt zile. Apoi *Sulfur iodatum 9 CH*, 5 granule zilnic, timp de zece zile.

PODOPHYLLUM

Simptome caracteristice
— diaree apoasă, abundentă, cu nevoie urgentă;
— balonări importante;
— limbă încărcată, dificultăţi hepatice.

Principalele indicaţii
— diaree bruscă la copil şi la adult, fără febră, fără vomă, cu scaun în formă de jet şi crampe;
— diareea turiştilor sau cea care apare vara, după ce s-au consumat fructe.

Deseori propus în tratamentul hipercolesterolemiei.

Comparaţii şi asocieri
China: diaree, balonări.

De avut în casă
Podophyllum 9 CH, 1 tub.

POLAKIURIE (nevoia de a urina frecvent)

În cazul unor micţiuni frecvente trebuie să se încerce depistarea unei infecţii urinare. Dacă urina e sterilă, se ia:
— în urma unei enervări sau a unei supărări: *Staphysagria 15 CH*, de repetat dacă e necesar;
— micţiuni foarte abundente şi frecvente: *Equisetum 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de opt zile.

Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul şi mers la analize.

POLIP

Prezenţa unui polip în vezică, în colon sau în uter trebuie totdeauna să ducă la o supraveghere medicală regulată. În completarea tratamentului, sau ca prevenire a recidivelor după ablaţie, se ia *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule pe zi în curs de trei luni, de 2 ori pe an. Medicul homeopat va prescrie şi un tratament homeopatic de fond.

POLIPOZĂ NAZALĂ

Polipozele nazale sunt totdeauna manifestarea unui teren care necesită un tratament de fond homeopatic. Până la consultarea medicului, se vor lua *Sanguinaria nitrica 9 CH* şi *Teucrium marum 5 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

POLLENS

Origine
Diferite feluri de polen.

Principalele indicații
Alergii respiratorii.

Comparații și asocieri
Polenuri specifice pot fi utilizate în funcție de rezultatele testelor alergologice.

POLYGONUM AVICULARE

Origine
Polygonum aviculare.

Principalele indicații
Reumatism acut al degetelor, mai ales la falanga a doua.

Comparații și asocieri
Acataea spicata: artroză interfalangiană.

POPULUS CANDICANS

Origine
Plopul.

Principalele indicații
Herpes labial.

POSOLOGIE

Medicamentul potrivit
Alegerea medicamentului potrivit este esențială. Lucrurile nu stau ca în cazul medicamentelor clasice ce aparțin unor familii de medicamente — peniciline, antiinflamatoare etc. —, dintre care

medicul poate să aleagă. În homeopatie, fiecare medicament este unic și de neînlocuit.

Diluția
În practică, medicii folosesc trei paliere de diluție:

— diluțiile mici (6 DH, 4 sau 5 CH) sunt folosite pentru tratarea simptomelor fizice, adică simptomele lezionale; această diluție are o acțiune directă asupra țesuturilor, fără să depindă de sensibilitatea deosebită a bolnavului;

— diluțiile mijlocii (7 sau 9 CH) sunt folosite pentru tratarea simptomelor funcționale și generale pentru care intră în joc sensibilitatea pacientului; aceste simptome dovedesc o reacție deosebită a bolnavului față de maladie;

— diluțiile mari (15 sau 30 CH) sau diluțiile mari korsakoviene sunt folosite când simptomele indică o reacție foarte sensibilă a bolnavului; este cazul simptomelor comportamentale sau al reacțiilor cronice ale terenului bolnavului.

Cantitatea
Numărul de granule al fiecărei doze este important pentru ca posibilitățile medicamentului homeopatic să fie bine exploatate. În practică, 5 granule pentru fiecare doză pare o posologie bună, ținând cont de faptul că deseori granulele sunt ronțăite, înghițite sau ținute puțin timp în gură.

Numărul dozelor
Acest aspect al posologiei homeopatice — una dintre cele mai importante — este deseori neglijat. În cazul unei patologii acute, medicamentul trebuie să fie luat frecvent: la fiecare zece minute în cazul unei laringite acute, din oră în oră în cazul unei febre acute, de 3-4 ori pe zi, în cazul unei nevralgii.

În cazul unei patologii cronice, medicamentul simptomatic va fi luat zilnic o dată sau de două ori, medicamentul de sensibilitate, de câteva ori pe săptămână. În sfârșit, medicamentele de teren vor fi luate o dată sau de mai multe ori pe lună.

Durata tratamentului
Este o particularitate a tratamentului homeopatic: dozele trebuie rărite în funcție de ameliorare, apoi oprite odată cu dispariția

simptomelor. Această regulă este adevărată mai ales când e vorba de o tulburare funcţională sau generală acută, unde e în joc sensibilitatea reacţională a bolnavului: sensibilitatea reacţională se poate inversa odată cu vindecarea, iar medicamentul reproduce atunci simptomele pe care le-a tratat. În cazul patologiilor lezionale acute sau în tratamentul preventiv al terenului, riscul e mai mic.

POUMON HISTAMINE

Origine
Fabricat pe bază de plămân de cobai, sacrificat în cursul unui şoc anafilactic.

Principalele indicaţii
Toate formele de reacţii alergice, ORL, pulmonare sau cutanate, în general în 15 CH.

Comparaţii şi asocieri
Histaminum: reacţii alergice.

PRAF

Praful este un alergen frecvent, luat în seamă de testele de alergie. Se recomandă desensibilizări, care asociază, în general, praf şi acarieni.

Un medicament homeopatic completează foarte bine acest tip de tratament:

Blatta orientalis 15 CH, 1 doză pe săptămână, timp de şase luni. Acelaşi medicament este folosit şi în cazul bronşitelor sau bronşiolitelor acute, 5 CH, 5 granule, din două în două ore.

PROGESTERONUM

Origine
Progesteronul.

Principalele indicaţii
Vezi HORMON.

Comparaţii şi asocieri
Luteinum: perimenopauză.

PROLACTINĂ

Origine
Prolactina.

Principalele indicaţii
— mastodinie cu ocazia sindromului premenstrual;
— pentru facilitarea înţărcatului.

PROLAPS sau COBORÂREA ORGANELOR

Fie că e vorba de un prolaps real al uterului sau al vezicii sau de o simplă senzaţie de apăsare în abdomen, trebuie consultat medicul, în vederea unor analize. Între timp se ia: *Sepia 9 CH*, 5 granule pe zi. Dacă jena este însoţită de scăpări de urină în timpul efortului, se adaugă: *Causticum 15 CH* 5 granule pe zi.

PROSTATĂ

Tulburările de prostată sunt frecvente după vârsta de şaizeci de ani. În toate cazurile, trebuie consultat medicul în vederea analizelor. La această vârstă, tulburările urinare de origine prostatică sunt rareori izolate, şi tratamentul de teren va fi preponderent. Se va ţine cont de ansamblul patologiilor prezente la această vârstă: hipertensiune, hipercolesterolemie sau hiperuricemie, arterioscleroză, modificări ale caracterului, reumatism. În plan simptomatic, numeroase medicamente pot regulariza micţiunea. Cel mai simplu este utilizarea unei formule compuse: *Sabal serrulata compus*, 15 picături de 3 ori pe zi, în cură de două luni, de 2-3 ori pe an.

PROSTATITĂ

Prostatitele acute, cu febră ridicată şi dureri, necesită un tratament cu antibiotice adaptat. Totuşi, în ciuda eficacităţii acestui tratament, riscul de recidivă este foarte mare şi tratamentul homeopatic complementar se dovedeşte necesar.

În aşteptarea consultării medicului, trebuie să se ia de la primele simptome: *Nux vomica 9 CH* şi *Mercurius solubilis 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din două în două ore, pe toată durata crizei. Apoi se ia o singură doză de *Medorrhinum 15 CH*.

PROSTRAŢIE

Senzaţie de descurajare, de abrutizare, datorată tracului, unui sindrom gripal sau unor cefalee: *Gelsemium 15 CH*, 1 doză unică.

Senzaţie de slăbiciune fizică: *Kalium carbonicum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de 8 zile, înainte de consultarea medicului.

PRUNUS

Origine

Porumbarul.

Simptome caracteristice

Dureri oculare ca o explozie, ducând la apăsare respiratorie.

Principalele indicaţii

— glaucom;
— zona oftalmică.

PRURIT

Din cauza unor leziuni: *vezi ECZEMĂ, URTICARIE.*

Fără leziuni dermatologice: se face timp de 2-3 zile tratamentul următor:

Staphysagria 15 CH, 1 doză trei zile la rând, şi 5 granule din medicamentul sau medicamentele alese, de 3 ori pe zi:

— după o supărare: *Ignatia 9 CH*;
— mâncărimile sunt foarte violente: *Mezereum 9 CH*;
— la persoanele în vârstă: *Dolichos 5 CH*;
— la dezbrăcat: *Rumex 9 CH*;
— la căldura patului: *Lycopodium 5 CH*;
— la nivelul capului: *Urtica urens 5 CH.*

Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

Atenţie, orice prurit trebuie să ducă la consultarea medicului şi la examene pentru depistarea unor patologii sanguine sau hepatice.

Pe de altă parte, pruritul care recidivează trebuie să ducă la un tratament de teren.

PRURIT ANAL

Se ia timp de opt zile, în aşteptarea consultării medicului:

➢ La copilul care are viermi:

Mâncărimile sunt agravate noaptea: *Cina 15 CH*, 1 doză trei seri la rând, în afara tratamentului cu vermifug.

➢ Dacă există hemoroizi:

Dureri după scaune, mici sângerări: alifie *Ratanhia 4% TM*, 3 aplicaţii pe zi, şi *Sepia compus*, 15 picături înaintea celor trei mese. În sfârşit, pruritul anal poate să fie de origine nervoasă, legat de un teren hepatic sau datorat unor leziuni locale. Dacă nu cedează rapid, trebuie să se facă un examen local.

PRURIT VULVAR

Sistematic: *Staphysagria 15 CH*, 1 doză trei zile la rând şi, în caz de mare emotivitate, se adaugă *Ambra grisea 15 CH*, 5 granule seara. Pruritul poate să fie provocat şi de o infecţie, de aceea se impune o examinare de către medic.

PSORIASIS

Psoriasisul începe, uneori la coaste sau la genunchi, cu plăci roşii şi scuamoase, în general fără mâncărimi. Deseori în acest stadiu se poate spera obţinerea unui rezultat cu *Arsenicum album 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, şi *Sepia 15 CH*, 5 granule pe zi, timp de o lună. Mai târziu, psoriasisul evoluează în ritmul infecţiilor sau emoţiilor, şi numai un tratament de teren va permite rărirea puseelor şi diminuarea întinderii lor.

PSORINUM ⧗

Origine

Medicament bioterapic, fabricat pe baza secrețiilor leziunilor bolnavului de râie. Medicamentul se adresează în special unor indivizi care au:

— maladii dermatologice cronice;
— alergii respiratorii;
— perturbări ale stării generale.

Simptome caracteristice

— prurit intens;
— agravare la frig;
— ameliorare la cald;
— recidivă în fiecare iarnă sau primăvară;
— secreții fetide;
— foame violentă.

Principalele indicații

➢ Sistem nervos:
— depresii, slăbire;
— foame violentă în timpul migrenei și noaptea.

➢ Stare generală:
— convalescență trenantă;
— lipsă de reacție la tratament;
— migrene cronice.

➢ Mucoase:
— coriză spasmodică;
— astm.

➢ Piele:
— erupții care reapar în fiecare iarnă;
— micoze recidivante.

Comparații și asocieri

Sulfur: medicament principal al modului reacțional cronic psoric.
Arsenicum album: alergie, oboseală.

PSORINUM: sensibilitate

Situații sensibile

Situațiile sensibile sunt cele care, pe un teren ereditar, dezvăluie caracteristicile modului reacțional cronic psoric și sensibilitatea deosebită la *Psorinum*:

— alergiile, în special la acarieni;
— stările de supraîncărcare alimentară;
— recidivele exasperante în ciuda tratamentelor;
— frigul.

Persoane sensibile

Pentru ansamblul marilor medicamente de teren, nu există în principiu persoane mai afectate decât altele. Aceste medicamente sunt indicate înainte de orice pentru cronicitatea leziunilor specifice prin aspectul, localizarea și caracterul lor evolutiv.

Dar în ceea ce privește tulburările reacționale generale, ca în cazul tuturor marilor medicamente, se pot distinge câteva aspecte originale.

➢ *În echilibru*

Cu o sănătate fragilă, de o prudență aproape fobică, el e totdeauna excesiv de acoperit, se teme de iarnă și de curentul de aer. Slab, palid, pielea lui e fie foarte uscată, fie unsuroasă și pare nesănătoasă.

Pesimist, disperat din cauza stării sale de sănătate, când se simte, în mod extraordinar, în plină formă, știe că are de-a face cu premizele unei afecțiuni viitoare.

➢ *În dezechilibru*

Caută din ce în ce mai mult căldura, tulburările lui (astm, migrenă sau eczemă) sunt din ce în ce mai frecvente și uneori se ameliorează mâncând; epuizat, se simte incurabil și foarte deprimat.

PTELEA

Origine
Frasinul.

Principalele indicații
Dureri hepatice și gastrice, însoțite de dureri de cap, limbă încărcată și constipație (6 DH, 20 de picături de 2-3 ori pe zi).

Comparații și asocieri
Bryonia: apăsare hepatică după masă.

PUBALGIE

Durere a pubisului: *Ruta 9 CH* și *Hypericum 15 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi.

PUBERTATE

Pubertatea este o perioadă de mari tulburări hormonale și afective, dar poate să provoace multe tulburări de adaptare.

Apariția hormonilor genitali va fi resimțită de întreg organismul:
- dezvoltarea organelor genitale, apariția menstruației;
- pielea: pilozitate, acnee;
- oasele și articulațiile: dureri de creștere;
- creșterea în greutate;
- sistemul nervos: modificări ale dispoziției, tulburări de somn.

Varietatea și intensitatea tulburărilor sunt legate de sensibilitatea proprie și de terenul fiecărui adolescent, de aceea tratamentul homeopatic se bazează mai mult pe medicamente de fond.

O consultare este deci sistematic necesară la începutul pubertății, ca să se constate dezvoltarea adolescentului și să se înceapă un tratament de fond, care îl va ajuta să treacă această perioadă în cele mai bune condiții.

PULPITĂ

Inflamația pulpei dentare este foarte dureroasă și trebuie să vă duceți imediat să consultați dentistul. Între timp, se vor lua *Hypericum 15 CH* și *Arnica 9 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

PULSATILLA

Origine
Anemona sau dedițelul.

Simptome caracteristice
— dispoziție variabilă;
— agravare la căldură într-o încăpere închisă;
— ameliorare la răcoare;
— intoleranță la materiile grase;
— absența setei.

Principalele indicații
— rino-faringită;
— tuse grasă ziua, uscată noaptea;
— congestie, varice;
— degerături.

➢ *Prescripție medicală:*
— adormire grea;
— bronșite cu mucozități gălbui;
— menstre întârziate sau puțin abundente;
— sindrom premenstrual;
— sindrom depresiv;
— sentiment de abandonare.

Comparații și asocieri
Ignatia: dispoziție alternantă și hipersensibilitate.
Sepia: tulburări circulatorii ale extremităților, sindrom premenstrual.

De avut în casă
Pulsatilla 9 CH, 1 tub.

PULSATILLA: sensibilitate

Situații sensibile

Mai întâi, toate infecțiile acute sau cronice, care provoacă o scurgere trenantă, neiritantă a mucoaselor, în special rinofaringita copilului. Căldura sau frigul excesive, care agravează sistemul venos și circulația la extremități. În sfârșit, toate situațiile care perturbă temperamentul timid, emotiv, avid de afecțiune și de simpatie al celui sensibil la *Pulsatilla* (nașterea unui frățior sau unei surioare pentru un copil mic, examenele, noutatea, sexualitatea).

Persoane sensibile

S-a scris deseori că *Pulsatilla* se potrivește în special unor fete tinere blonde, având pielea cu vinișoare aparente, durdulii și timide. Este adevărat în privința tulburărilor venoase și a menstrelor, dar în ceea ce privește mucoasele și emotivitatea, acest medicament se potrivește la fel de bine și copiilor și uneori bărbaților cu caracter blând și emotiv.

➢ *În echilibru*

Ea (pentru că de cele mai multe ori e vorba de o femeie tânără) are deseori pielea deschisă, cu vinișoare aparente din cauza problemelor venoase. Timidă, emotivă, vocea ei e blândă și mângâietoare; caută simpatia și se simte bine în mijlocul familiei sale și al prietenilor. Plânge din nimic și e repede consolată. Pudică, roșește cu ușurință. Caracterul schimbător duce la alternarea dispoziției bune cu o dispoziție proastă. Iar copilul, dacă e timid în exterior, el poate să fie „foarte prezent" acasă.

➢ *În dezechilibru*

Bolnavă sau neliniștită, dezamăgită sau rănită în dorința ei de afecțiune, ea este copleșită de tristețe și proastă dispoziție, devine taciturnă și depresivă. Copilul poate chiar să regreseze, să facă din nou pipi în pat, să-și sugă degetul. Tulburările de somn sunt constante, cu dificultatea de a se culca seara și de a se scula dimineața. Totul se rezolvă cu dovezi de afecțiune, prietenie sau simpatie.

PYROGENIUM

Origine

Preparat pe baza unui produs septic (infectat de putrezire), dintr-un amestec de carne și placentă umană.

Simptome caracteristice

Stări infecțioase cu supurări acute și cronice sau afecțiuni ale stării generale.

Principalele indicații

— abcese, furuncule, antrax;
— febre rezistente în cazul unor maladii infecțioase.

Comparații și asocieri

Hepar sulfur: supurări acute.

R

RADIODERMITĂ

Arsurile și leziunile provocate de un tratament de radioterapie pot fi prevenite și tratate cu o alifie cu calendula, prin aplicare locală după fiecare ședință. Se mai pot lua și *Arsenicum album 9 CH* și *Radium bromatum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, pe toată durata tratamentului.

RADIUM BROMATUM

Origine
Bromura de radiu.

Principalele indicații
— radiodermite;
— reumatism agravat la începutul mișcării.

Comparații și asocieri
Arsenicum album: arsuri cutanate.
Rhus toxicodendron: reumatism agravat la începutul mișcării.

RAHIS

Durerile spontane sau palparea vertebrelor trebuie să ducă la consultarea medicului și la un examen radiologic. În afara durerilor

provocate de fracturi sau de tumori osoase, medicamentele homeopatice pot să fie utile (5 granule de 2 ori pe zi, timp de opt zile) până la consultarea medicului:
— sensibilitatea vertebrelor cervicale și dorsale: *Actaea racemosa 9 CH*;
— senzația de arsură la nivel dorsal: *Calcarea phosphorica 9 CH*;
— durere a osului sacrum și coccisului: *Ruta 9 CH*.

RAHITISM

Rahitismul e provocat de un deficit de vitamina D. În unele țări, se aplică în mod sistematic un tratament preventiv sub formă de vitamina D. Se poate adăuga *Silicea 15 CH*, 1 doză pe săptămână, în cure de trei luni, de 2 ori pe an.

RANĂ

Pe toate rănile mici, tăieturi, plesnituri ale pielii se pune: *Homéoplasmine* sau o alifie pe bază de calendula.

RANUNCULUS BULBOSUS

Origine
Ranunculus bulbosus.

Principalele indicații
— dureri intercostale;
— erupție de vezicule pe torace: zona zoster.

RAPHANUS

Origine
Ridichea neagră.

Principalele indicații
Balonări, oprirea tranzitului după anestezie.

Comparații și asocieri
Opium: pseudo-ocluzie.
În asociere, aceste două medicamente sunt foarte utile în reluarea tranzitului după o intervenție chirurgicală, la persoanele în vârstă sau care au stat multă vreme la pat.

RAUWOLFIA SERPENTINA

Origine
Rauwolfia serpentina (arbust din India).

Principalele indicații
— dificultăți urinare la cei bolnavi de prostată;
— impotență masculină.

RAYNAUD (sindromul lui)

Sindromul lui Raynaud se manifestă mai întâi prin amorțirea degetelor, apoi printr-o înroșire și dureri foarte puternice. El apare mai des la frig și în special la femei. Tratamentul clasic este uneori dezamăgitor, iar medicamentele homeopatice pot să aducă un ajutor prețios: *Secale cornutum 9 CH* și *Agaricus 9 CH*, de 2-3 ori pe zi, în perioada temperaturilor foarte scăzute. În plus, un tratament de fond — indispensabil — va fi stabilit de medicul homeopat.

RĂCEALĂ

➢ **După un frig puternic**
Aconitum 9 CH, 5 granule oră de oră de 3 ori;
➢ **După un frig la cap**
Belladonna 9 CH, 5 granule oră de oră de 3 ori.
➢ **După o baie rece**
Antimonium crudum 9 CH, 5 granule oră de oră de 3 ori.
➢ **După un frig umed**
Dulcamara 9 CH, 5 granule oră de oră de 3 ori.

RĂGUȘEALĂ

Întrebările
A apărut brusc sau progresiv?
În ce împrejurări (surmenaj vocal, infecție ORL, emoție)?
Există dureri?
Răgușeala e ameliorată sau agravată la unele ore?

Ce trebuie făcut
Se ia timp de patruzeci și opt de ore până la consultarea medicului: *Arnica 15 CH*, 1 doză dimineața și seara.
➢ *Și în plus*:
Unu sau două medicamente alese din lista următoare, în 9 CH, 5 granule oră de oră, în alternanță.
➢ *Sau:*
Homéovox, 2 drajeuri de supt la fiecare două ore.

Medicul trebuie consultat dacă:
— răgușeala survine la un copil mic cu o tuse seacă;
— episodul acut nu se ameliorează în patruzeci și opt de ore;
— răgușeala e cronică.

RĂGUȘEALĂ: în urma unei răceli

ACONITUM
Laringită acută cu febră, în urma unui frig puternic, febră bruscă, fără sudoare.
✧ ***Experiența mea:***
Acțiunea acestui medicament este foarte rapidă, dar foarte scurtă.

HEPAR SULFUR
Durere acută ca o țeapă, voce răgușită.
✧ ***Experiența mea:***
Totdeauna în 15 CH, 1 doză de la primele simptome.

ARUM TRIPHYLLUM
Inflamație acută; gâtul e roșu intens, vocea e bitonală.

✧ *Experiența mea:*
Vocea pare în schimbare ca în adolescență.

În toate cazurile, când e vorba de un copil mic, trebuie mers repede la medic.

RĂGUȘEALĂ: în urma unui efort vocal

ARNICA
Senzație de contuzie a coardelor vocale.
✧ *Experiența mea:*
Indispensabil când ai vorbit prea mult, ai cântat sau ai strigat.

ARGENTUM METALLICUM
Senzație de rană în laringe, imposibilitate de a ridica vocea.
✧ *Experiența mea:*
Medicamentul cântăreților care nu mai pot lua acutele.

RHUS TOXICODENDRON
Vocea e răgușită dimineața; nevoia de a o „încălzi" pentru a o face să „meargă".
✧ *Experiența mea:*
E medicamentul curbaturilor, a dificultăților de a te pune în mișcare.

RĂGUȘEALĂ: în urma unei emoții

GELSEMIUM
Emoția paralizează, inclusiv coardele vocale.
✧ *Experiența mea:*
Indispensabil pentru toate examenele, toate situațiile care paralizează.

IGNATIA
Emoția îți pune un nod în gât și vocea dispare din când în când.
✧ *Experiența mea:*
Medicamentul hipersensibililor care au ușor spasme sau un nod în gât.

ARGENTUM NITRICUM
Senzație de țeapă în gât, nevoie de a-ți drege glasul.
✧ *Experiența mea:*
Tracul provoacă agitație și nerăbdare; tulburările digestive sunt constante.

Toate aceste medicamente trebuie să fie luat în 15 CH, 1 doză în ajun și în dimineața examenului.

RĂGUȘEALĂ: în momentul menstrelor

GRAPHITES
Dureri de gât și afonie în timpul menstrelor.

MAGNESIA CARBONICA
Dureri de gât și afonie înainte de menstre.
✧ *Experiența mea:*
Aceste două medicamente se iau împreună, de 2 ori pe zi, în 9 CH, preventiv, timp de trei zile înainte de menstre.

FOLLICULINUM
Umflarea sânilor, a pântecelui și iritare înainte de menstre.
✧ *Experiența mea:*
1 doză în 15 CH, în a zecea zi a ciclului.

Paulette, în vârstă de 60 de ani, cântă într-un cor și are vocea "spartă", de fiecare dată, a doua zi. Simte o durere ca o țeapă în gât și nu mai poote să cânte acutele.

➢ RHUS TOXICODENDRON 9 CH, 5 granule seara.
➢ ARGENTUM NITRICUM 9 CH, 5 granule, înainte de cele două mese.
➢ ARNICA 9 CH, 5 granule, o dată sau de două ori, în timpul repetițiilor sau concertelor și după.

Ane-Laure, în vârstă de 28 de ani, are vocea "spartă" la cea mai mică emoție și când e obosită.

➢ IGNATIA 15 CH, 5 granule seara.
➢ MANGANUM 9 CH, 5 granule, dimineața.

RĂSUFLARE

➤ **Răsuflare urât mirositoare de origine stomacală**
Nux vomica 5 CH, 5 granule înainte de mese.
➤ **Răsuflare urât mirositoare de origine hepatică**
Chelidonium compus, 20 de picături înainte de mese.
➤ **Răsuflare urât mirositoare de origine bucală**
Mercurius solubilis 5 CH, 5 granule de 2 ori pe zi. Se impune consultarea dentistului.

Răsuflarea urât mirositoare este un simptom care indică sensibilitatea la câteva medicamente: *Pulsatilla* (la trezire), *Sepia* (în momentul menstrelor), *Lycopodium* (hepatic).

RĂU DE MARE

— agravare la tangaj: *Borax 9 CH*, 5 granule din două în două ore;

— agravare la mirosul motorului: *Petroleum 9 CH*, 5 granule din două în două ore.

Se ia preventiv *Cocculine*, 1 doză în ajun şi o 1 doză înainte de plecare.

RĂU DE MAŞINĂ/TRANSPORT

Întrebările

Care sunt caracteristicile răului?

Aveţi, în afara călătoriilor, tulburări digestive (indigestii, crize de ficat, migrenă)?

Călătoria provoacă modificări de comportament (agitaţie, teamă)?

Ce trebuie făcut

➤ *Preventiv:*

Se iau sistematic în ajunul călătoriei, de 3 ori preventiv, 2 comprimate de *Cocculine* sau 1 doză în ajun şi 1 doză în dimineaţa plecării.

➤ *Şi în plus:*

Seara în ajun şi în dimineaţa plecării, se ia o doză de:
— *Gelsemium 15 CH*, dacă ţi-e teamă că vei fi bolnav;
— *Ignatia 15 CH*, dacă respectiva călătorie provoacă agitaţie.

➤ *Şi în plus*:

Problemele digestive se previn luând în ziua precedentă:

— *Nux vomica 5 CH*, 5 granule înainte de mese, în caz de apăsare gastrică sau de masă prea copioasă.

— *Lycopodium 9 CH*, 5 granule în caz de teren hepatic.

➤ În timpul călătoriei:

Se ia: *Cocculine*, 2 comprimate, în alternanţă, oră de oră cu 5 granule de:

— *Cocculus 9 CH*, dacă domină ameţelile;

— *Tabacum 9 CH*, dacă domină paloarea şi indispoziţia;

— *Borax 15 CH*, dacă sunteţi sensibili la golurile de aer sau la tangaj.

➤ *Şi în plus*:

Pentru calmarea agitaţiei şi anxietăţii: *Sédatif PC*, 5 granule sau 2 comprimate, o dată sau de două ori în cursul călătoriei.

RÂIE

Râia apare din cauza unei infecţii provocate de un parazit, sarcopt, şi necesită un tratament local prescris de medic. Acestui tratament trebuie să i se adauge: *Psorinum 15 CH*, 1 doză, de repetat în fiecare săptămână, timp de o lună.

Hahnemann, fondatorul homeopatiei, crede că râia era de vină pentru un teren care, în descrierea lui, evoca un teren alergic.

Vezi TEREN, MOD REACŢIONAL CRONIC PSORIC.

RECTO-COLITĂ

Recto-colita hemoragică evoluează de cele mai multe ori prin pusee care se manifestă printr-o ulceraţie cu hemoragie a mucoasei rectale. Originea ei nu e bine cunoscută şi tratamentul clasic foloseşte în special corticoide locale. În momentul puseelor, se adaugă: *Mercurius corrosivus 9 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi, şi *Phosphorus 15 CH*, 1 doză în fiecare seară.

Pe de altă parte, datele psiho-afective par foarte importante în declanşarea şi recidiva crizelor. De aceea trebuie să se întreprindă un tratament de teren recomandat de doctorul homeopat, tratament ce trebuie urmat timp de câţiva ani.

REEDUCARE

Trebuie să se ia pe toată durata reeducării:

— reeducare după fractură, entorsă, luxaţie: *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara;

— reeducare uro-genitală: *Sepia 9 CH* şi *Staphysagria 9 CH*, 5 granule pe zi.

REGURGITĂRILE NOU-NĂSCUTULUI ◎

Asa faetida 9 CH, 5 granule în fiecare dimineaţă.

Trebuie consultat medicul după două zile dacă regurgitările persistă.

REUMASTISM/REUMATOLOGIE + ◎

Fie că sunt sau nu motivul principal al consultaţiei, problemele aparatului osteo-articular se pot rezuma în trei mari tipuri de afecţiuni:

— durere în spate sau consecinţa ei directă: nevralgii cervicale sau sciatice;

— durere localizată la o articulaţie sau la un tendon;

— reumatism sau artroză.

Caracterul cronic sau repetitiv al durerilor, eşecul medicamentelor antiinflamatoare sau contraindicaţia fac pe mulţi pacienţi să facă apel la homeopatie.

➢ Artroza cronică

Dureri articulare, deformări, neputinţă funcţională, acestea sunt semnele tabloului reumatismului degenerativ sau al artrozei. Durerile sunt agravate prin apăsare, prin efort, şi se ameliorează în repaus, noaptea, chiar dacă „demararea" matinală e dificilă. Radiografiile arată o deteriorare a cartilajelor.

Instalarea lentă şi progresivă a durerilor şi a neputinţei, agravarea lor la umiditate indică un teren care va fi tratat cu medicamente de fond, precum *Thuya, Medorrhinum* sau *Natrum sulfuricum*. Tratamentul simptomatic este dominat de două medicamente — *Rhus toxicodendron 9 CH* şi *Radium bromatum 9 CH* —, care corespund foarte precis durerilor şi anchilozei agravate la umiditate şi care necesită o dezmorţire matinală.

➢ Reumatismul inflamator cronic

Un anumit număr de maladii reumatismale evoluează prin pusee; crizele sunt marcate de inflamaţii acute, edem şi agravare noaptea. Acest caracter acut şi brutal al puseelor, dar şi periodicitatea lor indică un teren care este tratat homeopatic cu medicamente precum *Sulfur* sau *Tuberculinum*, de exemplu. Aceste tratamente vor permite o diminuare a frecvenţei şi intensităţii puseelor. În momentul crizelor, medicamentele simptomatice vor permite diminuarea dozelor de medicamente antiinflamatoare sau de cortizon, precum şi durata tratamentului.

Acupunctura şi mezoterapia acţionează eficace asupra durerii. Eficacitatea lor nu trebuie să ne facă să pierdem din vedere — în afara unor cazuri accidentale — necesitatea tratării homeopatice — uneori în asociere cu oligo-elemente — a stărilor generale şi a terenului.

➢ Durerile artrozice în general

— dacă durerile sunt ameliorate prin repaus, imobilitate, apăsare şi agravate de mişcare şi zdruncinături: *Bryonia 9 CH*, 5 granule o dată sau de două ori pe zi;

— dacă durerile sunt agravate de repaus şi umiditate şi ameliorate de mişcare lentă şi căldură: *Rhus toxicodendron 9 CH* şi *Radium bromatum 9 CH*, 5 granule, o dată sau de două ori pe zi;

— dacă durerile sunt agravate pe timp de furtună: *Rhododendron 9 CH*, 5 granule, o dată sau de două ori pe zi;

Aceste medicamente vor fi completate cu medicamente de teren. Nu toate durerile articulare sau de spate sunt provocate neapărat de artroză şi, dacă acestea persistă, trebuie consultat medicul.

REUMATISM ARTICULAR ACUT ◎

Reumatismul articular acut este o complicaţie gravă a anghinelor cu streptococi alfa-hemolitici, care asociază artrita acută şi leziunile

cardiace. Tratamentul asociază în mod obligatoriu repaus strict, penicilină şi cortizon. Homeopatia poate să constituie un complement util la alinarea durerilor şi să ajute la evitarea complicaţiilor: *Bryonia 9 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi, şi *Sulfur iodatum 9 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara, pe toată durata evoluţiei maladiei.

RHEUM

Origine
Reventul.

Principalele indicaţii
Diareea acidă a sugarilor cu colici, provocând o arsură a feselor.

Comparaţii şi asocieri
Chamomilla: diareea sugarilor provocată de pusee dentare.

RHODODENDRON

Origine
Rododendronul.

Principalele indicaţii
— reumatism şi nevralgii agravate de timpul furtunos;
— orhite.

Comparaţii şi asocieri
Rhus toxicodendron: reumatisme sau nevralgii la schimbarea vremii.

RHUS TOXICODENDRON

Origine
Sumacul veninos.

Simptomele caracteristice
— plăci roşii cu mâncărimi calmate la apă caldă, putând fi localizate (pe faţă) sau răspândite, dând o impresie de piele de leopard;
— erupţii de mici vezicule, conţinând un lichid limpede;
— uscăciune a mucoaselor;

— senzaţie de rigiditate articulară, agravată la mişcare şi umiditate cu dificultăţi dimineaţa;
— eczeme cu plăci roşii şi mici vezicule;
— zona zoster;
— herpes;
— varicelă.

Comparaţii şi asocieri
Gelsemium: febră cu toropeală.
Eupatorium perfoliatum: febră cu dureri musculare.
Ruta graveolens: senzaţie de lovitură.

De avut în casă
Rhus toxicodendron 9 CH, 1 tub.

RICINUS

Origine
Ricinul.

Principalele indicaţii
În funcţie de diluţie:
— favorizează secreţia laptelui;
— opreşte lactaţia.

Comparaţii şi asocieri
Pulsatilla: lactaţie.

RIGIDITATE

Senzaţia de rigiditate articulară dureroasă matinală, deseori agravată de timpul umed, este frecventă în caz de reumatism sau în urma unor eforturi fizice: *Arnica 15 CH*, 5 granule la culcare, şi *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule la trezire, în cură de o lună.

RINO-FARINGITĂ CU REPETIŢIE

În primii ani de viaţă ai copilului, rino-faringitele se repetă, însoţite de cortegiul lor de complicaţii (otite, bronşite, laringite).

Termenul „maladie de adaptare" denumeşte ansamblul acestor episoade infecţioase, mai mult sau mai puţin zgomotoase, care însoţesc construirea imunităţii copilului. Frecvenţa episoadelor, intensitatea lor (febră, dureri, dificultăţi respiratorii) depind înainte de orice de terenul copilului.

Recurgerea prea sistematică la antibiotice, departe de a rezolva problema, pare deseori că, dimpotrivă, împiedică sau întârzie instituirea unui sistem imunitar eficace.

Rolul homeopatiei este deci dublu:

— tratează episoadele acute cel mai rapid şi cel mai eficace posibil;

— tratează terenul copilului ca să evite complicaţii şi recidive.

Schematic, se prezintă trei tipuri de situaţii:

➤ **Copilul e bolnav frecvent, în mod periodic şi variat**

El alternează faringite, otite sau rinite cu gastro-enterite sau pusee de eczemă, de exemplu. O caracteristică importantă este faptul că între două maladii există un interval de sănătate perfectă mai mult sau mai puţin lung. E vorba în general de un copil tonic, iar episoadele infecţioase apar brusc. Probleme dermatologice — eczeme, coji de lapte — sau probleme digestive se întâlnesc aproape totdeauna în alternanţă la aceşti copii sau în familia lor. *Sulfur, Lycopodium, Calcarea carbonica* sunt principalele medicamente de fond; medicul le prescrie în 15 CH, 1 doză o dată până la patru ori pe lună, timp de trei până la şase luni. Medicamentele simptomatice sunt date simultan în momentul episoadelor acute.

➤ **Copilul e bolnav în permanenţă, episoadele se înlănţuie fără oprire**

Rinitele, otitele şi bronşitele se succed într-un ritm accelerat şi exasperant; zilele când copilul e sănătos sunt rare. Febra este deseori mare şi inflamaţia importantă. De cele mai multe ori e vorba de copii slabi, care obosesc repede, hipersensibili. *Tuberculinum, Sulfur iodatum, Natrum muriaticum* sau *Arsenicum album* sunt în general prescrise ca medicamente de fond. Medicamentele simptomatice ale urechii sau nasului vor fi date zilnic la început.

➤ **Copilul e bolnav în mod continuu**

Progresiv s-a instalat o afecţiune cronică a mucoasei căilor aeriene: rinită, sinuzită, otită seroasă, marcate de o scurgere cronică

mucoasă, groasă, lipicioasă, sursă de suprainfecţii microbiene frecvente. Tratamentele cu antibiotice, deşi au o acţiune rapidă asupra suprainfecţiilor, par în schimb să relanseze sau să exacerbeze maladia mucoasei. Copilul se arată foarte sensibil la umiditate. Este foarte important să se revină asupra începutului maladiei: vaccinări (mai ales BCG), stres, mâncărimi sau pur şi simplu infecţii şi tratamente cu antibiotice sau cortizonice repetate.

Thuya, Medorrhinum sau *Silicea* vor constitui baza tratamentului de fond (în 15 CH, doze săptămânale) timp de două-trei luni, completate prin tratarea circumstanţelor declanşante: *VAB* (urmare a BCG-ului), *Pulsatilla* (urmare a despărţirii de mamă) sau *Gelsemium* (urmare a spaimei). Medicamentele simptomatice ale mucoaselor, de exemplu *Kalium muriaticum* (otite seroase), *Kalium bichromicum* (sinuzită) sau *Dulcamara* (rinită), vor fi date (în 9 CH) zilnic până la dispariţia simptomelor.

RIZARTROZĂ

Această artroză de la rădăcina degetului mare este foarte dureroasă. Primul tratament constă în purtarea unei proteze noaptea (un fel de mână din plastic cu un singur deget), pentru a pune în repaus articulaţia, şi se vor lua: *Actaea spicata 9 CH* şi *Viola odorata 9 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi, timp de o lună. Dacă tulburările persistă, trebuie consultat medicul.

ROBINIA

Origine
Salcâmul.

Principalele indicaţii
Aciditate gastrică cu reflux în esofag.

Comparaţii şi asocieri
Iris versicolor: aciditate gastrică cu reflux.

RUBEOLĂ

Nu e totdeauna uşor de diagnosticat. Deseori diagnosticul e confirmat de prezenţa ganglionilor la gât: *Dulcamara 9 CH* şi *Belladonna 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

Ca şi pentru rujeolă, tratamentul va trebui încheiat cu *Pulsatilla 9 CH* şi *Sulfur iodatum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, timp de cincisprezece zile.
Medicul trebuie consultat pentru confirmarea diagnosticului.

RUJEOLĂ

Mai puţin frecventă din cauza vaccinării, ea poate să apară totuşi şi trebuie să fie arătată medicului, pentru confirmarea diagnosticului, precum şi pentru prevenirea şi tratarea eventualelor complicaţii.
Între timp: *Euphrasia 5 CH* şi *Belladonna 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, oră de oră.
La sfârşitul maladiei, pentru a preveni modificarea terenului pe care o provoacă, trebuie să se prescrie *Pulsatilla 9 CH* şi *Sulfur iodatum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, timp de cincisprezece zile.

RUMEX

Origine
Ştevia de grădină.

Principalele indicaţii
— mâncărimi pe laringe când se respiră aer rece, provocând tuse;
— tuse spasmodică la cel mai mic curent de aer;
— prurit când te dezbraci;
— diaree la trezire.

Comparaţii şi asocieri
Hepar sulfur: laringită acută.
Sulfur: diaree la trezire.

RUTA GRAVEOLENS

Origine
Virnanţul.

Simptome caracteristice
— senzaţia de lovitură, de rigiditate;
— oboseală oculară, dificultăţi de acomodare;
— entorsă, luxaţie;
— lumbago, durere a coccisului;
— chist al încheieturii mâinii;
— surmenaj ocular după efort de acomodare (muncă la computer, reeducare ortoptică, oftalmia zăpezii).

Comparaţii şi asocieri
Rhus toxicodendron: inflamaţie a ligamentelor.
Arnica: traumatism şi oboseală musculară.

De avut în casă
Ruta graveolens 5 CH, 1 tub.

S

SABADILLA

Origine
Popazul, originar din America Centrală. Medicamentul homeopatic acționează îndeosebi asupra mucoaselor.

Simptome caracteristice
— mâncărimi în cerul gurii;
— strănut cu senzația de blocare a nasului;
— ameliorare la căldură;

Principalele indicații
Boala fânului.

Comparații și asocieri
Allium cepa: boala fânului.

SABAL SERRULATA

Origine
E vorba de un fel de palmier.

Principalele indicații
Dificultăți urinare în cazul hipertrofierii prostatei.

Comparații și asocieri
Chimaphila: hipertrofierea prostatei.
Aceste medicamente sunt asociate în preparate compuse, precum *Sabal serrulata compus*.

SABINA

Origine
Juniperus sabina, sabina.

Principalele indicații
— menstre dureroase și hemoragice;
— veruci în regiunea genitală.

SACRO-ILIACĂ (regiunea)

Durerile din regiunea sacro-iliacă sunt foarte frecvente și în general legate de o contractură. Masajul unui specialist poate să vă aline foarte rapid durerile. Se vor mai lua și *Ruta 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, și 20 de picături de 3 ori pe zi, din preparatul următor:
— *Allium sativum 6 DH*,
— *Arnica 6 DH*,
— *Histaminum 6 DH*.
Dacă durerile persistă, trebuie consultat medicul.

SALICYLICUM ACIDUM

Origine
Aspirina.

Principalele indicații
Amețelile lui Ménière, cu zbârnâieli în urechi.

SALIVAȚIE

Se iau medicamentele indicate timp de opt zile, 5 granule de 3 ori pe zi. Dacă simptomele persistă, trebuie consultat medicul.
— absența salivării, gură uscată: *Belladonna 9 CH*;
— salivare acidă: *Borax 9 CH*;

— salivare groasă, vâscoasă: *Kalium bichromicum 9 CH*;
— salivare fetidă: *Mercurius corrosivus 9 CH*;
— salivare abundentă: *Ipeca 9 CH* şi *Jaborandi 9 CH*.

SALMONELOZĂ

Sub acest nume sunt grupate febra tifoidă şi paratifoidă. Diagnosticul şi tratamentul vor fi stabilite de medic. Dacă durerile abdominale şi diareele persistă, se ia *Parathyphoidinum B 15 CH*, 1 doză săptămânal, timp de trei luni.

SALPINGITĂ

Infecţia trompelor lui Fallope este ceva foarte serios şi medicul va prescrie un tratament cu antibiotice. Acest tratament trebuie urmat cu scrupulozitate pentru a evita riscul sechelelor. Se vor lua complementar: *Kalium muriaticum 9 CH* şi *Hydrastis 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, timp de o lună.

SAMBUCUS

Origine
Socul. Experienţa terapeutică arată mai ales o acţiune asupra mucoaselor nasului şi asupra transpiraţiei.

Simptome caracteristice
— senzaţia de nas complet înfundat;
— tuse bruscă laringeeană, care îl trezeşte brusc pe pacient în plină noapte, cu senzaţia de apăsare;
— transpiraţie nocturnă bruscă şi abundentă.

Principalele indicaţii
— laringită acută nocturnă la copii;
— astm cu apăsare bruscă în timpul nopţii;
— nas înfundat.

Comparaţii şi asocieri
Spongia: laringită acută.

SANGUINARIA

Origine
Specie de mac cu suc roşu, *Sanguinaria Canadensis*.

Simptome caracteristice
— congestii, bufee vasomotrice;
— diaree şi balonări;
— periodicitatea tulburărilor.

Principalele indicaţii
— migrene;
— bufee de căldură la menopauză;
— boala fânului;
— diaree.

Comparaţii şi asocieri
Lachesis: congestii, bufee de căldură;
Sulfur: migrene periodice.

SANGUINARIA NITRICA

Origine
Nitratul de *Sanguinaria Canadensis*.

Principalele indicaţii
Polipoze nazale.

SANICULA

Origine
Sănicioară.

Principalele indicaţii
Astm, bronşită.

SANTAHERBA

Origine
Specialitate homeopatică, picături.

Principalele indicații
Astm, bronșită.

SAPONARIA

Origine
Săpunarița.

Principalele indicații
Medicament de „drenaj" cutanat, adică favorizând acțiunea medicamentelor care tratează eczemele.

Comparații și asocieri
Berberis, Fumaria: alte drenoare ale pielii asociate în preparatul *Saponaria compus.*

SARCINĂ

Sarcina normală poate și ea să fie marcată de manifestări neplăcute (grețuri, vomă) și prin agravarea fragilităților existente (probleme cu venele, cistită). Indiferent că e vorba de tratarea indispozițiilor sarcinii, de pregătirea nașterii și a alăptării sau de tratarea maladiilor survenite în cursul acestor perioade, femeile și medicii lor sunt extrem de prudenți și nu vor să riște nimic pentru sănătatea copilului care urmează să se nască. De aceea, homeopatia, sub acoperirea indicațiilor obstetricale normale, constituie un tratament inițial din ce în ce mai apreciat.

Schematic, homeopatia va interveni în patru stadii ale sarcinii.

Primul trimestru
Este deseori marcat de simptóme zise „simpatice": greață, vomă, indispoziții. De fiecare dată, soluția o oferă medicamentele de teren și de sensibilitate, îndeosebi: *Sepia, Pulsatilla* sau *Ignatia* (prescrise

în 9 CH, 1-2 doze pe săptămână). Această primă consultare este foarte importantă, căci medicamentele de fond se vor afla la baza tratamentelor pe timpul întregii sarcini.

Trimestrul al doilea
În acest stadiu apare și se agravează tulburările circulatorii: varice, vase care se sparg, hemoroizi. Trebuie începute tratamente cu acțiune asupra circulației, precum *Sepia compus*, 15 picături de 2 ori pe zi.

De asemenea, în acest stadiu este necesar să se adauge complemente alimentare, fier, vitamina B6 în special. De fapt, sarcina provoacă un supraconsum și deci carențe foarte importante. Se iau *Calcarea compus, Ostéocynésine* sau *Granules rex* și asocieri de vitamine și oligo-elemente, precum *Bioptimum grossesse.*

Trimestrul al treilea
Trebuie să se pregătească nașterea, adică să se prevadă toate medicamentele necesare pentru buna sa derulare și a urmărilor ei: durere, oboseală, alăptat.

După naștere
Urmările nașterii depind în mare parte de sensibilitatea fiecărei femei. Mica deprimare (*baby blues*) sau excitare care apar deseori indică o fază de adaptare, iar un tratament homeopatic — *Natrum muriaticum* sau *Ignatia* — va ajuta la depășirea ei fără probleme, fără dramatizare și fără tranchilizante.

În timpul alăptării, homeopatia va fi de un ajutor prețios pentru favorizarea secretării laptelui, evitarea obturărilor și crăpăturilor, dar și pentru prevenirea oboselii care rezultă. În toată această perioadă: se vor lua *Calcarea compus* și *Bioptimum grossesse.*

În toate stadiile sarcinei, pot să intervină patologii curente: rino-faringite, dureri articulare, traumatisme fizice... De fiecare dată, în primul rând trebuie să se facă apel la tratamentele homeopatice, niciodată toxice nici pentru mamă și nici pentru copil. Un caz deosebit este cel al infecțiilor urinare și al cistitelor, care apar sau se agravează deseori în momentul sarcinei. Homeopatia este suverană în cazul cistitelor simple (cu urină limpede). Dar, dacă analiza urinei – sistematic – indică prezența unui germene patogen, tratamentul cu

antibiotice este obligatoriu, o infecție renală putând să aibă consecințe catastrofale asupra sarcinei (avort, naștere prematură).

O altă problemă: cea a dificultății de a concepe

Numeroase cupluri consultă medicul pentru această dificultate. Analizele și examenele complete la bărbat și la femeie nu descoperă uneori nici o cauză organică deosebită. Sunt deseori evocate motive psihosomatice, imunologice sau carențe în minerale sau vitamine și, de cele mai multe ori, cuplurile sunt puțin dezorientate când vin să consulte medicul. Homeopatia nu pretinde să aibă acțiune directă asupra sterilității, dar experiența arată că un tratament al terenului și al sensibilității bărbatului, precum și al femeii, și suplinirea carențelor vitaminice evidente pentru foarte multe sarcini care întârziau să vină, le determină, în sfârșit, să se producă.

Grețuri în timpul sarcinii

Cât timp durează greața, se ia, rărind dozele în funcție de ameliorare:

➤ Sistematic:

Tabacum compus, 5 granule de 4 ori pe zi.

➤ *Și:*

Sepia 9 CH, 5 granule la trezire, dacă greața apare la simpla vedere sau la mirosul alimentelor, mai ales dimineața.

➤ *Sau:*

Ignatia 15 CH, 5 granule la trezire, dacă sunteți anxioasă, enervată, hipersensibilă, iar greața se estompează mâncând sau gândindu-vă la altceva.

Indispoziții

— dorința de a dormi în permanență, cu senzația de greutate și de balonare: *Nux moschata 9 CH*, 5 granule dimineața și seara;

— indispoziție cu leșin: *Moschus 15 CH*, 5 granule în fiecare dimineață.

Probleme de circulație

— Picioare grele și dureroase, vase care se sparg:

Arnica 5 CH și *Vipera 5 CH*, 5 granule din fiecare dimineața și seara.

— Hemoroizi:

Muriaticum acidum 5 CH, 5 granule de 3 ori pe zi, și *Sepia compus*, 15 picături de 3 ori pe zi, înainte de mese. Acest ultim medicament poate să fie luat pe toată perioada sarcinii.

SARSAPARILLA

Origine

Salcea.

Principalele indicații

Litiaze renale (calculi).

Comparații și asocieri

Berberis, Pareira brava: în asociere în preparatul *Pareira brava compus*.

SÂN

— sâni dureroși înainte de menstre: *vezi MASTODINIE*;

— traumatism al sânilor, hematom: *Bellis perennis 9 CH* și *Arnica 9 CH*, 5 granule din fiecare de 3 ori pe zi.

SÂNGERĂRI DIN NAS (Epistaxis) ◉

Millefolium 6 DH, 15 picături, și *China 9 CH*, 5 granule, în alternanță, la fiecare zece minute.

— dacă sângerarea survine în urma unei lovituri, se adaugă: *Arnica 9 CH*, 5 granule, 1-2 ori pe zi;

— dacă sângerarea survine cu ocazia unei șederi prelungite la soare, cu dureri de cap: *Belladonna 9 CH*, 5 granule la fiecare jumătate de oră;

— dacă sângerarea survine în locul menstrelor: *Lachesis 9 CH*, 5 granule, de repetat de 2-3 ori în timpul zilei.

Atenție! Orice sângerare din nas care recidivează sau e însoțită de o senzație de congestie a capului și de pulsări la tâmple trebuie să ducă la consultarea medicului, pentru verificarea tensiunii arteriale și a stării mucoasei nazale.

Unii copii sau adolescenţi au sângerări din nas frecvente, fără ca la examenul medical să se constate vreo leziune. Asta se datorează constituţiei lor. Se dă preventiv: *Ferrum phosphoricum 15 CH*, 1 doză pe săptămână, în cură de două luni, de 2-3 ori pe an.

SCHIMBĂTOR ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

➢ **Dispoziţie schimbătoare**

Instabilitate emoţională, trece de la râs la plâns, hiperexcitabilitate: *Ignatia 15 CH*, 5 granule, 1-2 ori pe zi.

➢ **Dispoziţia sau simptomele fizice sunt variabile de la o zi la alta**

Această variabilitate indică o sensibilitate care corespunde medicamentului homeopatic *Pulsatilla*.

➢ **Nevoia continuă de schimbare**

Această trăsătură de caracter corespunde anumitor sensibilităţi: *Tuberculinum, Calcarea phosphorica.*

SCIATICĂ ◉

Primul tratament este odihna. Se vor lua timp de două zile, în aşteptarea consultării medicului:

➢ **Dacă durerea e ameliorată îndoind piciorul**

Colocynthis 9 CH şi *Magnesia phosphorica 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din două în două ore.

➢ **Dacă durerea e agravată în poziţia aşezat**

Ammonium muriaticum 9 CH, 5 granule la fiecare oră.

➢ **Dacă durerile sunt ca nişte descărcări electrice**

Hypericum 15 CH, 5 granule la fiecare două ore.

Atenţie! O sciatică care provoacă dureri intense, o paralizie sau furnicături indică o hernie de disc şi trebuie să fie examinată foarte repede de medic.

SCIZURITĂ ◉

Este o inflamaţie a pleurii între doi lobi pulmonari. Deseori, după o infecţie bronho-pulmonară tratată, se pot menţine dureri de scizurită: *Bryonia 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, şi *Sulfur iodatum 9 CH*, 5 granule pe zi, timp de zece zile.

SCRÂŞNET

Scrâşnet de dinţi noaptea: *Cina 15 CH* şi *Kalium bromatum 9 CH*, 5 granule din fiecare la culcare. La copil, trebuie să se dea sistematic vermifug.

SCRUPULOS ✦

Descoperirea acestui simptom orientează şi confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Un temperament exagerat de scrupulos indică o sensibilitate la medicamentul *Cyclamen*.

SCURGERI

Homeopatia tratează numeroase scurgeri: rinite, pierderi, supuraţii, expectoraţii, tulburări de menstruaţie. Practica ne-a învăţat o regulă simplă pe care trebuie să o respectăm: diluţiile mici (4 sau 5 CH) favorizează scurgerea, în timp ce diluţiile medii sau mari (9 sau 15 CH) o opresc.

Un medicament homeopatic, *Lachesis*, utilizat la o diluaţie mare, are o acţiune foarte eficace de fiecare dată când apar simptome sau se agravează la oprirea sau la diminuarea unei scurgeri – de exemplu oprirea sau diminuarea menstruaţiei, care provoacă o serie se stări neplăcute la premenopauză. Tot aşa durerile de cap, senzaţiile de congestie al feţei la oprirea bruscă a scurgerii în cazul unui guturai sau al unei sinuzite pot să fie uşurate cu 1 doză de *Lachesis 15 CH*.

SEBOREE

Se iau medicamentele indicate timp de o lună:

— acnee seboreică: *Selenium 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, şi *Natrum muriaticum 9 CH*, 5 granule dimineaţa;
— eczemă seboreică: *Lycopodium 9 CH*, 5 granule pe zi;

SECALE CORNUTUM

Origine
Cornul de secară este o ciupercă parazită a secarei. Intoxicarea accidentală sau „ergotism" provoacă o diaree acută, convulsii şi o cangrenă a membrelor inferioare. Medicamentul homeopatic acţionează asupra vaselor şi a uterului.

Simptome caracteristice
— crampe în pulpa piciorului;
— dureri febrile ale extremităţilor;
— contracţii dureroase ale uterului;
— cefalee.

Principalele indicaţii
— arterite ale membrelor inferioare;
— sindromul lui Raynaud, degerături;
— menstre hemoragice dureroase;
— colici după naştere.

Comparaţii şi asocieri
Apis: drept complement în cefaleele acute.
Cuprum: crampele arteritelor.

SÉDATIF PC

Origine
Specialitate homeopatică, granule, comprimate sau supozitoare.

Principalele indicaţii
Foarte util de prescris la debutul stărilor anxioase şi tulburărilor de somn.

SELENIUM

Origine
Seleniul.

Principalele indicaţii
— oboseală fizică şi intelectuală;
— căderea părului;
— acnee.

Comparaţii şi asocieri
China: oboseală.
Thallium aceticum: căderea părului.

SENEGA

Origine
Amăreală (de Virginia).

Principalele indicaţii
Tuse cu imposibilitatea de a expectora, astm sau bronşită cronică a pacientului în vârsă.

Comparaţii şi asocieri
Blatta orientalis: tuse cu expectorare dificilă.

SENNA

Origine
Siminichia.

Principalele indicaţii
Criză de acetonemie la copil.

Comparaţii şi asocieri
Lycopodium este în general medicamentul de teren al copiilor care fac crize de acetonemie.

SENSIBILITATE

Noţiunea de sensibilitate este foarte importantă în homeopatie. Medicamentul homeopatic, prin definiţie, nu acţionează în mod drastic sau substitutiv, ci stimulează reacţia organismului. Pentru ca această reacţie să aibă loc, trebuie ca oganismul să fie sensibil la medicament. Această sensibilitate există (este definiţia homeopatiei) când simptomele bolnavului sunt asemănătoare cu cele pe care poate să le provoace substanţa de origine a medicamentului. Cu cât similitudinea este mai mare şi atinge reacţii generale ale individului, cu atât acesta este mai sensibil la medicament; de aceea homeopatia foloseşte o scară de diluţie care permite adaptarea posologiei la fiecare caz clinic. Să luăm de exemplu *Arnica*. Un simplu hematom evocă posibilităţile de *Arnica* asupra capilarelor şi diluţia 5 CH se dovedeşte foarte eficace; oboseala musculară în timpul efortului sau după efort cu consecinţe circulatorii este asemănătoare unei intoxicaţii mai accentuate cu *Arnica*. Sensibilitatea este mai puternică şi este, deci, necesară o diluţie mai mare (7 sau 9 CH); în sfârşit, o stare de epuizare profundă, cu tulburări cardio-vasculare, simulează o intoxicaţie extremă cu *Arnica*, deci sunt necesare diluţii foarte mari (15 sau 30 CH). Astfel *Arnica* 5 CH va fi foarte utilă ca să stimuleze muşchiul la începutul unui efort sportiv, dar aceeaşi diluţie ar agrava oboseala sau congestia circulatorie la sfârşitul acestui efort. Pentru a evita riscurile de agravare, este deci preferabil, în cazul în care există îndoieli, să se folosească diluţii medii, de exemplu, 9 CH (de aceea această diluţie se întâlneşte atât de des în sfaturile de automedicaţie).

O altă ilustrare a sensibilităţii este noţiunea de tip sensibil: practica terapeutică ne-a arătat că unii indivizi sunt mai sensibili decât alţii la unele medicamente. Aceste persoane au în comun aceleaşi slăbiciuni organice, uneori aceleaşi antecedente, aspecte morfologice asemănătoare şi trăsături de caracter. În plus, reacţionează la aceleaşi evenimente fizice şi psihologice. De exemplu, persoanele sensibile la *Pulsatilla* au aceleaşi probleme de circulaţie, acelaşi temperament emotiv şi sunt în aceeaşi măsură sensibile la căldură sau la lipsa de afecţiune a anturajului. Acest aspect al homeopatiei este foarte important, căci el permite adaptarea tratamentului într-un mod personalizat.

Această noţiune de tip de sensibilitate, în practică, nu se referă decât la marile medicamente cu acţiune generală.

SENSIBILITATEA LA FRIG

Descoperirea acestui simptom orientează şi confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Sensibilitatea la frig, în afara unei afecţiuni acute, este un simptom foarte important pentru determinarea sensibilităţii generale a fiecărui pacient şi, deci, a tratamentului său de fond.

Arsenicum album, Graphites, Natrum muriaticum, Kalium carbonicum, Phosphorus, Psorinum, Silicea.

SENTIMENT

Practica homeopatică arată că unele persoane sunt mai predispuse unui anumit sentiment care depinde mai mult de sensibilitatea lui particulară decât de evenimentul propriu-zis:

— părăsire: *Pulsatilla*;
— angoasă: *Arsenicum album*;
— supărare: *Natrum muriaticum*;
— mânie: *Chamomilla*;
— excitaţie: *Ignatia*;
— gelozie: *Lachesis*;
— jignire: *Staphysagria*.

SENZAŢIE

„Ce simţiţi?" Astfel se poate rezuma a doua întrebare pe care o va pune medicul homeopat după ce a determinat locul şi caracteristicile maladiei: mâncărimi, durere febrilă, înţepătoare, fulgurantă, ca un cui, ca o ţeapă, senzaţie de apăsare, de contracţie, de gol... Descrierea precisă a senzaţiilor orientează şi confirmă alegerea medicamentului. Iată principalele senzaţii (în general, dacă medicamentul e ales în funcţie de durere sau senzaţie, acesta este dat în 9 CH, 5 granule, de 2-5 ori pe zi, după intensitate, şi rărind dozele în funcţie de ameliorare):

— ca o mişcare sub piele: *Thuya*;

— constricțiune: *Lachesis*;
— durere febrilă: *Arsenicum album*;
— durere intolerabilă: *Chamomilla*;
— durere înțepătoare ca o așchie: *Nitricum acidum, Argentum nitricum*;
— durere înțepătoare ca niște ace: *Apis, Agaricus, Natrum muriaticum*;
— electricitate: *Hypericum*;
— apăsare (bazin): *Sepia*;
— piatră (stomac): *Bryonia*;
— spasme: *Colocynthis, Cuprum*;
— gol (stomac): *Sepia*.

SEPIA

Origine
Cerneala de sepie. Acest lichid negricios, folosit de sepie ca să-și vopsească ouăle sau să-și protejeze fuga, este folosit la desen. Compoziția sa chimică este foarte bogată în aminoacizi, în oligo-elemente, în enzime, dar nu prezintă nici o acțiune toxică.

Principalele indicații
— *baby blues*;
— sindrom premenstrual;
— greața din timpul sarcinii;
— dorința de oțet și de alimente acre;
— criză de ficat;
— migrene;
— hemoroizi;
— durere, apăsare în pântece înainte de menstre;
— eczemă cu crăpătură;
— herpes, îndeosebi la fiecare ciclu.

➢ ***Prescriere medicală***
— bufee de căldură la menopauză;
— depresie după naștere;
— depresie la menopauză;
— infecții urinare recidivante;
— micoze vaginale.

Comparații și asocieri
Pulsatilla: tulburări circulatorii și sindrom premenstrual.
Natrum muriaticum: sindrom depresiv, herpes, eczemă.

De avut în casă
Sepia 9 CH, 1 tub.

SEPIA: sensibilitate

Situații sensibile
Tot ceea ce agravează congestia venoasă — căldura sau imobilitatea — și, în același timp, și congestia hepatică și starea generală. Pe plan general, la femeie, toate modificările hormonale normale ale vieții sale genitale pot să acționeze atât asupra circulației, a țesuturilor de susținere, cât și asupra dispoziției sale (ciclurile menstruale, sarcini, pubertate, menopauză). Ating toate evenimentele din sfera familială: maladii grave, deces, probleme cu părinții sau copiii, neînțelegere conjugală.

Persoane sensibile
Posibilitățile terapeutice ale medicamentului *Sepia* și situațiile sensibile arată că acest medicament se adresează mai ales femeilor, chiar dacă tulburările hepato-veziculare, apăsarea pelviană și depresia pot să apară și la bărbat.

➢ *În echilibru*
De cele mai multe ori brunetă, mai curând slabă, cu tenul puțin cam tern, este o femeie activă, responsabilă, devotată familiei și muncii sale. Tulburările sale circulatorii o fac să-i fie teamă de căldură și nemișcare, îi place să meargă repede în aer curat și, când stă jos, se așează picior peste picior, ca să ușureze greutatea pe care o simte în bazin, îndeosebi înainte de menstre. Suferă de scurgeri iritante (leucoree); raporturile sexuale pot să fie dureroase.

➢ *În dezechilibru*
Înainte de menstre, de exemplu, ea este frecvent hiperactivă acasă sau la serviciu. Anturajul e conștient de asta și mai știe că această fază va fi urmată de o alta,

depresivă, însoţită de o criză de ficat sau de migrene. Uneori, după o sarcină sau la menopauză, se instalează depresia, marcată de un dezinteres profund şi mai ales de nevoia de singurătate. Va avea tendinţa să se închidă în sine.

SER ANTICOLIBACILAR

Origine
Serul anticolibacilar purificat, de origine caprină.

Principalele indicaţii
Infecţii urinare, cistite.

SERUL LUI YERSIN

Origine
Serul împotriva ciumei, provenind de la animale imunizate.

Principalele indicaţii
Întăreşte terenul persoanelor afectate de episoade gripale.

Comparaţii şi asocieri
Influenzinum: tratament de teren pentru persoanele care prezintă sindromuri gripale frecvente.

SETE

Setea sau absenţa setei este un simptom care indică o reactivitate sau o sensibilitate deosebită şi orientează alegerea unor medicamente în stările acute sau cronice:

— absenţa setei în ciuda febrei: *Gelsemium*;
— absenţa setei în ciuda gurii uscate: *Alumina*;
— sete intensă (mari pahare cu apă), cu senzaţie de uscăciune în stările acute: *Bryonia*;
— sete de mici cantităţi de apă rece, vomate apoi în cazul gastro-enteritelor acute: *Phosphorus*;
— sete permanentă, cu gura uscată: *Natrum muriaticum*.

SEXUALITATE

Tulburările de sexualitate sau de comportament sexual au fost foarte pe larg descrise în vechile lucrări de homeopatie. Trebuie remarcat că în acea perioadă concepţiile despre normal şi patologic în acest domeniu erau foarte diferite de cele pe care le avem azi. În repertoarele clasice, rubricile „agravare prin actul sexual" abundă, în schimb nici o rubrică nu se referă la ameliorare...

În acest dicţionar, unele medicamente sunt citate ca având o acţiune asupra sexualităţii. Acţiunea lor priveşte înainte de orice probleme organice. În practica cotidiană, sexualitatea este abordată fie spontan de către pacient, fie în cazul chestionării generale, pentru determinarea sensibilităţii individuale, în aceeaşi măsură ca digestia sau somnul. Ca totdeauna, posiblităţile homeopatiei se referă la ceea ce e nou şi reacţional din cauza unei maladii sau a unui eveniment. Scăderea, dezinteresul sau excesul, exacerbarea în materie de sexualitate sunt totdeauna avute în vedere în contextul general şi pentru stabilirea terenului sau sensibilităţii pacientului. Astfel, un tratament de fond al stării generale sau al emotivităţii personale poate să aducă rezultate pozitive, fie că tulburările de sexualitate au fost sau nu descrise de pacient.

SFINCTER

— slăbire a sfincterului anal: *Aloe 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi;
— constipaţie, cu o senzaţie de paralizie a sfincterului anal: *Causticum 15 CH*, 5 granule pe zi.

SFORĂIELI

Se vor lua la culcare *Nux vomica 9 CH* şi *Sambucus 9 CH*, 5 granule din fiecare.

În caz de pauze respiratorii, se adăugă *Opium 15 CH*, 5 granule. Acest simptom impune consultarea rapidă a medicului.

SICOSIS

Afecțiune a părului bărbii și mustății, formând mici chisturi infectate. Se vor lua *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză pe săptămână, *Kalium bromatum 9 CH* și *Cicuta virosa 5 CH*, 5 granule din fiecare, de 2 ori pe zi, în cură de o lună, de repetat dacă e necesar.

SIGMOIDITĂ

Inflamația părții terminale a colonului, cu suprainfecții frecvente. Trebuie consultat medicul; examenele vor elimina o patologie tumorală. Pansamentele intestinale, dezinfecțiile și medicamentele antispasmodice sunt deseori dezamăgitoare; numai un tratament prescris de medicul homeopat va putea aduce un rezultat mai durabil. În perioada de criză, se vor lua *Mercurius corrosivus 9 CH* și *Colocynthis 9 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

SILĂ

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Sila față de alimente constituie deseori o bună indicație a sensibilității unui individ. Iată principalele:

— unt: *China*;
— bere: *Nux vomica*;
— cafea: *Calcarea carbonica*;
— grăsime: *Pulsatilla*;
— lapte: *Sepia*;
— pâine: *Natrum muriaticum*;
— tutun: *Ignatia*;
— carne: *Lycopodium, China*.

SILICEA

Origine

Silicea este un mineral foarte răspândit în plante, precum criptogama de baltă (*Equisetum*). Foarte utilizată în fitoterapie și în medicina chineză, s-a recunoscut silicei o acțiune asupra:

— țesutului conjunctiv;
— calcifierii;
— protecției vasculare.

Studiile actuale au arătat faptul că ea acționează și asupra macrofagelor, celule cu rol primordial în sistemul imunitar.

Simptome caracteristice

— senzație de spin, de țeapă;
— frig;
— agravare la frig;
— agravare la vaccinări;
— ameliorare la cald;
— transpirație, unghii casante și pătate;
— supurare;
— lipsă de energie;

Principale indicații

➢ *Stare generală:*
— timiditate, emotivitate;
— epuizare fizică și intelectuală;
— somn agitat, somnambulism.
➢ *Supurări cronice:*
— rino-faringite;
— bronșite;
— urcioare;
— furuncule, acnee cu supurație;
— supurație dentară;
— supurații locale în urma unui BCG.
➢ *Creștere și mineralizare:*
— rahitism;
— fracturi;
— osteoporoză;
— alăptare.

Silicea este înainte de orice un medicament de teren care se prescrie numai de medic.

Comparații și asocieri

Arsenicum album: tendință la oboseală și prudență excesivă.
Hepar sulfur: supurare acută.

SILICEA: sensibilitate

Situații sensibile

Toate situațiile care provoacă o perturbare a sistemului imunitar la persoanele predispuse prin:

— surmenaj;
— carențe alimentare și afective, regimuri;
— intoleranță la vaccinuri;
— infecții;

Persoane sensibile

Simptomele de *Silicea* se manifestă mai ales la cele două extremități ale vieții, îndeosebi la indivizii mai curând slabi și plăpânzi.

➢ *În echilibru*

Copilul are deseori un cap mare, cu bombări frontale proeminente, privirea vioaie și serioasă, tenul palid; ansamblul îi dă un aer puțin cam îmbătrânit. E un copil și un adolescent vioi, inteligent, foarte afectuos, dar anxios și instabil. Timid, fără încredere în el, detestând violența, se poate refugia într-o activitate solitară sau se consacră unei cauze generoase și dezinteresate.

➢ *În dezechilibru*

Rapid obosit, slăbit, în ciuda unei alimentații bune, se plânge de dureri de cap. În timp ce copilul poate să aibă un aer îmbătrânit, persoana în vârstă păstrează o privire vioaie și strălucitoare, un aer blând și fragil, aproape copilăresc. Predispus foarte ușor la oboseală, epuizabil, totdeauna foarte îmbrăcat, indiferent de climă. Apetitul redus nu rezolvă problema corpului său slab și a demineralizării.

SINDROM PREMENSTRUAL

Întrebările

Aveți umflături și dureri ale sânilor, ale pântecelui?
Vă doare capul?
Aveți probleme de piele înainte de menstre?

Aveți probleme digestive (criză de ficat, durere de stomac)?
Vi s-a modificat comportamentul (agitație, tristețe, depresie)?

Ce trebuie făcut

În toate cazurile, până la consultarea medicului, se ia: *Folliculinum 15 CH*, 1 doză, în a zecea zi a ciclului. Remarcăm faptul că acest medicament va fi cu atât mai eficace cu cât e vorba de un sindrom premenstrual legat de o sensibilitate mare la estrogeni: umflarea sânilor, a pântecelui și excitație.

➢ *Și în plus*:

Se ia medicamentul sau medicamentele recomandate mai jos zilnic în 9 CH, 5 granule, sau conform posologiei indicate, în cele opt zile care preced menstrele.

Trebuie consultat medicul

În toate cazurile, trebuie să faceți un frotiu și un examen mamar.

Tratamentul de fond e indispensabil, căci sindromul premenstrual este manifestarea unui sensibilități cronice care trebuie echilibrată.

SINDROM PREMENSTRUAL: sânii se umflă și sunt dureroși

LAC CANINUM

Sâni congestionați, sensibili.

✧ ***Experiența mea:***

Medicamentul clasic înainte de menstre, uneori și în cazul durerilor de gât; de luat din a paisprezecea zi.

PHYTOLACCA

Sânii sunt dureroși și fibromatoși.

CONIUM

Sânii sunt în general mici, cu nodule foarte dureroase înainte de menstre.

✧ ***Experiența mea:***

Atenție! Nu toate nodulele sunt benigne. Medicul trebuie consultat frecvent.

SINDROM PREMENSTRUAL: domină durerea de cap

LACHESIS
Congestie, roşeaţă, bufee de căldură agravate seara; totul dispare odată cu venirea menstrelor.
✧ ***Experienţa mea:***
Trebuie verificată tensiunea în momentul durerilor de cap.

SEPIA
Migrenă înainte de menstre, cu greaţă, oboseală şi deprimare.
✧ ***Experienţa mea:***
Tulburările circulatorii, digestive şi ale dispoziţiei fac din *Sepia* un mare medicament clasic al sindromului premenstrual.

CYCLAMEN
Migrenă oftalmică, cu tulburări vizuale, care preced durerea de cap.
✧ ***Experienţa mea:***
Foarte eficace preventiv, în 15 sau 30 CH, 5 granule în cele trei zile care preced menstrele.

SINDROM PREMENSTRUAL: domină tulburările digestive

LYCOPODIUM
Balonări, gaze, criză de ficat.
✧ ***Experienţa mea:***
Ovarele sunt deseori mari, chistice şi dureroase.

BOVISTA
Diaree înainte sau în timpul menstrelor.
✧ ***Experienţa mea:***
Medicament al sângerărilor în mijlocul ciclului.

NUX VOMICA
Indigestie, durere de stomac, constipaţie, toate tulburările digestive spasmodice.
✧ ***Experienţa mea:***
Nerăbdare şi proastă dispoziţie la această femeie hiperactivă.

SINDROM PREMENSTRUAL: există probleme de piele

EUGENIA JAMBOSA
Coş în momentul ciclului, roşu, cu un vârf alb.
✧ ***Experienţa mea:***
Este deseori şi medicamentul acneei rozacee.

RHUS TOXICODENDRON
Puseu de herpes clasic, cu o placă roşie şi mici vezicule.

BORAX
Vezicule grupate şi deseori cu aspect opac.
✧ ***Experienţa mea:***
Tratamentul de fond va fi indispensabil, deseori *Sepia*.

SINDROM PREMENSTRUAL: există probleme cu venele

HAMAMELIS
Venele sunt umflate, foarte sensibile; nevoie de a ridica picioarele.

VIPERA
Venele sunt dureroase, parcă inflamate, şi există un edem al gleznelor.

AESCULUS
Medicamentul hemoroizilor, el este util şi pentru congestia bazinului.
✧ ***Experienţa mea:***
Deseori, medicamentul de fond este determinant şi în tratarea tulburărilor circulatorii, în special *Lachesis, Sepia*. Pe de altă parte, o asociere între mai multe medicamente poate fi necesară iar un preparat compus, precum *Sepia compus,* este foarte eficace asupra acestei congestii a venelor şi a bazinului: 15 picături de 3 ori pe zi.

SINDROM PREMENSTRUAL: există o modificare a dispoziţiei cu excitaţie

NUX VOMICA
Menstrele nu rezolvă caracterul, deja iritabil în timp normal, al acestei femei hiperactive.

✧ *Experiența mea:*
Se manifestă tulburări digestive spasmodice.

IGNATIA
Spasme, noduri, crampe, dureri și indispoziții de toate felurile se reactivează înainte de menstre.
✧ *Experiența mea:*
Totul se rezolvă făcând sau gândind la altceva; deci atenție să nu vorbim de lucruri care supără.

LACHESIS
Congestie, dureri de cap, bufee de căldură, hiperexcitație și logoree seara; totul este ameliorat de apariția menstrelor.
✧ *Experiența mea:*
Medicament foarte frecvent al premenopauzei.

SINDROM PREMENSTRUAL: există o modificare a dispoziției, cu tristețe și depresie

SEPIA
Oboseală, migrenă și depresie care precedă menstrele.
✧ *Experiența mea:*
Faza de deprimare este deseori precedată de o fază mai scurtă de excitație, de hiperactivitate.

NATRUM MURIATICUM
Tristețe, cu nevoie de izolare.
✧ *Experiența mea:*
Este adeseori medicamentul tinerei femei longiline foarte emotive; se manifestă și o durere de spate foarte clară.

PULSATILLA
Emotivitate, timiditate crescută înainte de menstre, plâns fără motiv, cu o mare nevoie de consolare.
✧ *Experiența mea:*
Totul e repede uitat și consolat la această femeie emotivă, cu un caracter foarte schimbător.

Cécile, în vârstă de 32 de ani, se plânge de la mijlocul ciclului de umflarea sânilor și de balonarea abdomenului. În plus, la apropierea menstruației, este foarte enervată și agitată.
➤ FOLLICULINUM 30 CH, 1 doză, în a zecea zi a ciclului.
➤ LAC CANINUM 9 CH, 5 granule, înainte de cele două mese.

Véronica, în vârstă de 40 de ani, în ziua dinaintea menstruației, simte abdomenul greu, are deseori migrene și se simte pesimistă și uneori deprimată.
➤ SEPIA 15 CH, 5 granule, seara, în ultimele opt zile ale ciclului.

SINISTROZĂ

Indispoziții variate, fizice și psihice, în urma unor traumatisme craniene. Înainte de a pune toate acestea pe seama unei idei delirante având ca scop amânarea reluării lucrului, trebuie încercat *Natrum sulfuricum 30 CH*, 1 doză în fiecare seară, timp de o săptămână.

SINOVIE ◉

Lichid conținut în articulații. În caz de reumatism articular, există o secreție abundentă a acestuia. Rănitul trebuie consultat imediat de medic, care va face o examinare a leziunilor. Se ia neîntârziat: *Apis 15 CH*, 5 granule la fiecare zece minute de 4-5 ori. Apoi *Bryonia 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, atâta vreme cât scurgerea nu este total resorbită.

SINUZITE

Întrebările
Ce domină, durerea sau scurgerea?
Durerea e la frunte sau la față?
Care e aspectul scurgerii (limpede, galben-verzuie, galben intens)?
E subțire sau groasă?

Ce trebuie făcut

Mai întâi se face sistematic tratamentul de atac antisupurație: *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză de 3 ori în douăzeci și patru de ore.

➤ *Și în plus*:

Pyrogenium 9 CH, 5 granule dimineața și seara.

➤ *Și în plus*:

Se iau 5 granule, în alternanță, din două în două ore, din medicamentele de mai jos, în 9 CH, alese în funcție de simptome:

➤ *Sau:*

Sinuspax, 1 comprimat de 4 ori pe zi.

➤ *Și în plus*:

În toate cazurile, tratamentul poate să fie completat cu uleiuri esențiale sub formă de picături de băut sau în inhalații, ca în preparatul următor:

— cimbrișor (1 g),

— pin (1 g),

— eucalipt (1 g),

— elixir de papaină (125 cl).

Se iau 50 de picături de 3 ori pe zi, (pentru adult) într-un pahar cu apă, timp de cel puțin opt zile. Pentru copii, se preferă supozitoare precum *Campho-pneumine*, 1 supozitor dimineața și seara.

Trebuie consultat medicul dacă

— scurgerea e purulentă de mai mult de patruzeci și opt de ore;

— a apărut febra;

— recidivele sunt frecvente, ca să se prescrie un tratament de fond;

— trebuie consultat și dentistul în cazul unei sinuzite a feței.

SINUZITE: domină durerea și obturația

STICTA PULMONARIA

Senzație de nas înfundat, cu dorința de a șterge nasul — fără rezultat.

✧ ***Experiența mea:***

Uneori se manifestă și o tuse seacă.

CINNABARIS

Durere foarte acută în colțul ochilor, care sunt roșii.

✧ ***Experiența mea:***

Este un medicament apropiat de *Mercurius*, dar nu există supurație.

LACHESIS

Obturație a nasului, cu congestia feței și dureri frontale.

✧ ***Experiența mea:***

Deseori în urma unor tratamente pentru asanarea nasului; se ia atunci 1 doză de *Lachesis* în 15 CH.

În aceste trei cazuri, trebuie să se facă fără întârziere tratamentul antisupurație în mod preventiv.

Pierre-Yves, în vârstă de 34 de ani, a luat medicamente ca să oprească guturaiul. Scurgerea s-a oprit foarte repede, dar acum are o durere violentă la rădăcina nasului și la frunte. Ochii sunt roșii în unghiul intern și crede că dacă ar reuși să-și șteargă nasul ar fi ușurat.

➤ LACHESIS 15 CH. 1 doză, de repetat a doua zi.

➤ CINNABARIS 9 CH și STICTA PULMONARIA 9 CH, 5 granule, în alternanță, din oră în oră.

SINUZITE: scurgerea este încă limpede și dureroasă

ARSENICUM ALBUM

Scurgere puțin abundentă, calmată de căldură locală.

✧ ***Experiența mea:***

În cazul acestui medicament se manifestă totdeauna o anxietate și deseori o agravare noaptea.

KALIUM IODATUM

Scurgere limpede și foarte corosivă.

✧ ***Experiența mea:***

E asociată uneori o conjunctivită.

EUPHRASIA

Lăcrimări iritante, cu dureri oculare și frontale, precum și o tuse uscată.

✧ ***Experiența mea:***

E vorba mai curând de un medicament pentru conjunctivită.

SINUZITE: sinuzită frontală cu o scurgere mucopurulentă

KALIUM BICHROMICUM
Formare de mucozităţi şi de dopuri greu de evacuat, durere frontală.

MERCURIUS SOLUBILIS
Secreţii mucopurulente verzui, cu iritaţia mucoaselor.
✧ ***Experienţa mea:***
Aceste două medicamente sunt deseori luate în alternanţă în rinitele sau sinuzitele mucopurulente, căci sunt complementare.
HYDRASTIS
Scurgerea este de un galben intens şi are aspectul lipiciului.
✧ ***Experienţa mea:***
— Foarte rapid eficace când scurgerea are acest aspect caracteristic.

SINUZITE: sinuzită maxilară

MEZEREUM
Durere violentă a feţei, cu scurgere limpede şi uneori cu firişoare de sânge.
✧ ***Experienţa mea:***
Durerea feţei dă uneori impresia de „dinţi prea lungi".

KALIUM BICHROMICUM
Formarea de mucozităţi şi de dopuri greu de evacuat.
✧ ***Experienţa mea:***
Nu mai există scurgeri pe gât care să provoace o tuse grasă.

SANGUINARIA
Înroşirea şi congestia feţei.
✧ ***Experienţa mea:***
Acest medicament poate să fie util în cazul polipozelor nazale.

Béatrice, în vârstă de 31 de ani, se teme de fiecare guturai, pentru că se transformă rapid în sinuzită, cu o rinită muco-purulentă, care formează dopuri în nas.

➢ HEPAR SULFUR 15 CH, 1 doză dimineaţa şi seara, timp de două zile.
➢ PYROGENIUM 9 CH, 5 granule, dimineaţa şi seara, timp de opt zile.
➢ KALLIUM BICHROMICUM 9 CH, 5 granule, înaintea celor două mese.

SITUAŢII SENSIBILE

Fiecărui mare medicament cu acţiune generală îi corespunde un ansamblu de simptome, care pot să fie întâlnite îndeosebi în unele împrejurări, fie pentru că bolnavul provoacă simptome lezionale sau funcţionale care corespund în general acţiunii acestui medicament (exemplu: hepatita pentru *Phosphorus*, gastro-enterita pentru *Arsenicum album*), fie pentru că condiţiile psihologice sau fiziologice dezvăluie o sensibilitate sau o susceptibilitate a individului (exemplu: intrarea la şcoală pentru *Pulsatilla*, sarcina pentru *Sepia*, menopauza pentru *Lachesis*).

Această noţiune de situaţie sensibilă este complementară celei de tip sensibil.

SLĂBICIUNE

➢ **Senzaţie de slăbiciune a spatelui şi a genunchilor**
Kalium carbonicum 9 CH, 5 granule pe zi în cură de cincisprezece zile.
➢ **Slăbiciune a gleznelor, entorse frecvente**
Natrum carbonicum 9 CH, 5 granule pe zi în cură de cincisprezece zile. *Vezi ASTENIE.*

SLĂBIRE 👁

Constatarea oricărei slăbiri trebuie să ducă la consultarea medicului, care poate să descopere o dereglare hormonală, o patologie tumorală sau o tulburare importantă a comportamentului alimentar. Slăbirea poate să fie şi constituţională, agravată în urma unei maladii.

Slăbirea constituţională evocă următoarele medicamente de teren: *Silicea, Tuberculinum, Natrum Muriaticum* (slăbirea părţii de sus a corpului) şi în general terenul tuberculinic.

Slăbirea în urma unei boli infecţioase: *Natrum Muriaticum 9 CH*, 5 granule pe zi, şi *China 9 CH*, 5 granule, de două ori pe zi, timp de zece zile.

SOLIDAGO

Origine
Splinuţă.

Principalele indicaţii
Drenarea funcţiilor biliare şi renale (6 DH, 20 picături, de trei ori pe zi).

Comparaţii şi asocieri
Berberis: drenare hepatică şi renală.

SOMNAMBULISM

Somnambulismul apare pe terenuri deosebite şi este deseori activat de o oboseală sau de o excitaţie nervoasă momentană. Se iau sistematic timp de cincisprezece zile: *Silicea 15 CH*, 1 doză de 2 ori pe săptămână, *Kalium phosphoricum 9 CH* şi *Kalium bromatum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi. Dacă simptomele persistă, consultaţi medicul.

SOMNOLENŢĂ

➢ **Somnolenţă exact la sfârşitul mesei, cu senzaţie de căldură**
Lycopodium 5 CH, 5 granule înainte de masă.

➢ **Somnolenţă la una sau două ore după masă**
Nux vomnica 5 CH, 5 granule înainte de masă.

➢ **Somnolenţă în timpul sarcinii**
Nux vomica 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ **Somnolenţă de nestăpânit în cursul maladiilor acute sau la persoanele în vârstă**
Opium 15 CH, 1 doză pe zi timp de trei zile. Dacă simptomele persistă, consultaţi medicul.

SONDAJ

Dureri după un sondaj urinar: *Staphysagria 15 CH*, 1 doză, de repetat dacă e necesar.

SPAIMĂ NOCTURNĂ

Spaimele nocturne apar în general la copilul mic. Deosebirea faţă de coşmar este că în cazul acestuia copilul se trezeşte sau îşi aminteşte de el la trezire, în timp ce, în cazul spaimei, copilul nu se trezeşte şi nu-şi aminteşte de nimic dimineaţa.

Stramonium 15 CH, 5 granule la culcare, timp de patru-cinci zile. Reîncepeţi tratamentul dacă tulburările se repetă.

Dacă copilului îi este foarte frică de întuneric sau de noapte se adaugă *Arsenicum album 15 CH*, 5 granule la culcare, timp de zece sau cincisprezece zile. Dacă tulburările de somn persistă, trebuie consultat medicul.

SPASME

Un spasm — fie că e digestiv, uterin, respirator sau muscular — constituie un simptom a cărui cauză trebuie căutată. Trebuie mers deci la doctor pentru consultaţii şi examene clinice. Între timp, se ia *Cuprum 9 CH*, 5 granule la fiecare jumătate de oră. De multe ori, spasmele apar pe terenuri nervoase, în urma unei emoţii: *Ignatia 15 CH*, 5 granule, 1-2 ori pe zi.

SPASMOFILIE

Nu se poate vorbi de spasmofilie-maladie, ci de predispoziţii sau terenuri spasmofile. Manifestările clasice sunt criza de tetanie şi indispoziţiile cu crampe şi furnicături. Rolul magneziului şi al calciului este bine cunoscut, iar luarea lor trebuie completată cu medicamente homeopatice care acţionează asupra metabolismului lor, precum *Calcarea carbonica, Calcarea phosphorica* sau *Magnesia phosphorica* (în 9 CH, 5 granule). Se vor folosi medicamentele de hipersensibilitate neurosenzorială: în primul rând *Ignatia 15 CH*, 5

granule, 1-2 ori pe zi. Dar şi mari medicamente de teren: *Phosphorus*, *Silicea* sau *Natrum muriaticum* (în doză săptămânală de 15 CH). Se vor folosi şi medicamente specifice unei localizări sau unei tulburări funcţionale:

— palpitaţii: *Ambra grisea 15 CH*, 5 granule pe zi;

— spasme: *Colocynthis 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi;

— crampe: *Cuprum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

SPONGIA

Origine

Buretele folosit după prăjire.

Simptome caracteristice

— uscăciunea mucoaselor nasului şi ale laringelui;

— tuse seacă, cavernoasă, cu apăsare, senzaţie de sufocare;

— impresie de obturare a laringelui.

Principalele indicaţii

— laringită acută cu răguşeală;

— laringita acută la copil constituie o urgenţă medicală şi medicul trebuie chemat cât mai repede posibil.

Comparaţii şi asocieri

Sambucus: sufocare acută noaptea.

Hepar sulfur: inflamaţie acută a laringelui.

De avut în casă

Spongia 5 CH: 1 tub.

SPORT

O specialitate homeopatică, folosită de foarte mulţi sportivi, facilitează rezistenţa la efort şi permite o bună recuperare: *Sporténine*, 1 tabletă înainte, în timpul efortului şi după efort.

➢ **În timpul sportului**

Arnica 9 CH, 5 granule de 2-3 ori pe durata efortului. Şi, dacă suferiţi de crampe: *Cuprum 9 CH* şi *Sarcolacticum acidum 5 CH*, 5 granule din fiecare de 2-3 ori pe durata efortului sportiv.

➢ **Pregătirea pentru sport**

Arnica 4 CH, 5 granule, 1-2 ori înainte de sport, pentru a stimula şi încălzi muşchii.

➢ **Împotriva tracului înainte de competiţie**

Gelsemium 15 CH, 1 doză în ajunul şi în dimineaţa competiţiei.

➢ **Recuperare după sport**

— *Arnica 15 CH*, 5 granule 1-2 ori după efort, pentru relaxarea muşchilor;

— *China 9 CH*, 5 granule de 2-3 ori, pentru a recupera din oboseala fizică;

— *Kalium phosphoricum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, pentru dispariţia oboselii nervoase după competiţie.

Alain, în vârstă de 40 de ani, şi-a luxat glezna jucând tenis.

Cât mai repede posibil, se pune o pungă cu gheaţă pe gleznă şi se ia:

➢ APIS 15 CH, 5 granule, din zece în zece minute, de cinci ori.

Trebuie consultat medicul, care va decide oportunitatea unei radiografii.

➢ Fără să se mai aştepte, se ia ARNICA 15 CH, 1 doză, de repetat după şase şi după douăzeci şi patru de ore.

➢ Apoi BRYONIA 5 CH şi RUTA 5 CH, 5 granule, în alternanţă, de trei ori pe zi, timp de trei zile.

Să se prevadă:

➢ RHUS TOXICODENDRON 9 CH, 5 granule pe zi, din a patra zi şi tot timpul reeducării.

George, în vârstă de 62 de ani, a plecat să se plimbe în Alpi. Are de mers cam cinci-şase ore pe zi, prin trecători la peste 2 000 de metri altitudine.

Se ia în fiecare dimineaţă la trezire:

➢ ARNICA 5 CH şi CHINA 9 CH, 5 granule din fiecare.

În timpul zilei, se ia, din oră în oră, continuând încă două ore după sosire:

➢ SPORTENINĂ, 1 comprimat de ronțăit.

Trebuie să se bea minimum trei litri de apă pe zi.

➢ Înainte de cină: RHUS TOXICODENDRON 9 CH și CHINA 9 CH, 5 granule din fiecare.

➢ La culcare: ARNICA 15 CH, 5 granule.

SPORTENINĂ

Origine

Specialitate homeopatică (tablete, pliculețe, băutură concentrată).

Principalele indicații

Recuperare, rezistență la efort, prevenirea crampelor musculare și curbaturilor.

STAPHYLOCOCCINUM

Origine

Bioterapic preparat pe bază de *Staphylococcus aureus*.

Principalele indicații

Stafilococie cutanată, furuncul, abces.

Comparații și asocieri

Hepar sulfur: supurare cutanată.

STAPHYSAGRIA ⌛

Origine

Nemțișorul de câmp.

Simptome caracteristice

— arsură a vezicii și a uterului, ameliorată urinând;
— hipersensibilitate a organelor genitale;
— mâncărimi cutanate, care își schimbă locul după scărpinare;
— dureri dentare la frig.

Principalele indicații

— cistite fără microbi (cu urină limpede), cistite provocate de raporturile sexuale, cistita „miresei";
— prurit care se deplasează;
— urcioare;
— cicatrizare a inciziilor chirurgicale, în special episiotemii;
— orice manifestare psihică apărută în urma unei furii reținute sau a unei vexări.

Comparații și asocieri

Ignatia: urmări ale unei emoții puternice;
Hepar sulfur: urcioare.

STANNUM

Origine

Staniul.

Principalele indicații

Astenie extremă, în cazul afecțiunilor pulmonare cronice.

Comparații și asocieri

Manganum: epuizare cu tuse, după o afecțiune pulmonară.

STÂNGACI ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Stângăcia nu e o maladie. În schimb, faptul de a fi stângaci indică anumite medicamente de teren: *Mercurius solubilis, Baryta carbonica*.

STERILET

Hemoragie la fixarea unui sterilet: *Arnica 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, timp de trei zile.

STICTA PULMONARIA

Origine
Lichenul stejarilor şi fagilor.

Simptome caracteristice
— congestii;
— tuse seacă, continuă, cu uscăciune a mucoaselor.

Principalele indicaţii
— sinuzită frontală la început;
— guturai cu tuse seacă, continuă.

Comparaţii şi asocieri
Bryonia: uscăciune a mucoaselor, cu tuse dureroasă.

STODAL

Origine
Specialitate homeopatică, granule sau sirop.

Principalele indicaţii
Tuse de origini diferite.

STOMATITĂ HERPETICĂ

Se manifestă printr-o erupţie de vezicule herpetice în gât şi în toată cavitatea bucală. Se consultă repede medicul şi se vor lua de la primele simptome *Mercurius cyanatus 9 CH* şi *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

STRABISM

Strabismul trebuie să ducă la consultarea medicului oftalmolog. Strabismul uşor, provocat de tulburări minore de acomodare, poate să apară odată cu o oboseală oculară după o activitate de precizie sau

efectuată în faţa ecranului: *Ruta 9 CH* şi *Arnica 9 CH*, 5 granule din fiecare, de repetat la fiecare jumătate de oră, de 2-3 ori.

STRAMONIUM

Origine
Datura stramonium.

Simptome caracteristice
— delir, halucinaţii, convulsii;
— spaime nocturne;
— febră ridicată;
— înroşirea şi uscăciunea mucoaselor;
— tuse violentă.

Principalele indicaţii
— febră foarte puternică a copiilor, cu delir şi halucinaţii;
— spaime nocturne;
— delir cu violenţă.

Comparaţii şi asocieri
Belladonna: febră cu mucoase uscate.
Hyoscyamus: delir şi violenţă.

De avut în casă
Stramonium 15 CH, 1 tub.

STRĂNUT

➢ **Început de guturai, cu nas înfundat şi frisoane**
Nux vomica 9 CH, 5 granule din oră în oră, şi *Oscillococcinum*, 1 doză, de repetat după douăsprezece ore.
➢ **Cu mâncărimi la nas şi în cerul gurii**
Sabadilla 9 CH, 5 granule din oră în oră.
➢ **Accese de strănut, cu rino-conjunctivită iritantă**
Naphtalinum 5 CH, 5 granule din oră în oră.
Vezi BOALA FÂNULUI.

STRONTIUM

Origine
Carbonatul de stronțiu.

Principalele indicații
Folosit ca un complement al unor tratamente ale hipertensiunii.

STROPHANTHUS

Origine
Strophantus hispidus.

Principalele indicații
Folosit ca un complement în unele tulburări cardiologice.

SUFOCARE

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Impresia de sufocare în locuri închise: *Pulsatilla, Lachesis.*

Vezi FRICĂ.

SUFLATUL NASULUI

— dorința de a sufla nasul constant, fără rezultat (sinuzită sau început de guturai): *Sticta pulmonaria 9 CH,* 5 granule din două în două ore, timp de una sau două zile;

— oprirea bruscă a suflatului nasului după ce ai luat medicamente pentru asanarea guturaiului provoacă uneori o durere de congestie la rădăcina nasului: *Lachesis 15 CH,* 1 doză, de repetat după șase ore.

Vezi GUTURAI.

SUGHIȚ ◉

➢ **La sugar**

Sughițul e frecvent după supt; poate fi scurtat dându-i: *Nux vomica 5 CH* și *Cuprum 9 CH,* 5 granule din fiecare pe zi.

➢ **Copii și adulți**

— *Nux vomica 5 CH,* 5 granule înainte de mese, dacă mâncați prea repede sau prea mult;

— *Ignatia 15 CH,* 5 granule înainte de mese, dacă sunteți prea nervos, și o supărare sau o emoție vă împiedică să digerați și vă provoacă un nod în gât, căscat și sughiț.

➢ **După o intervenție chirurgicală abdominală (hernie, veziculă, apendice, colon...)**

Hyoscyamus 15 CH, 1 doză trei zile la rând.

Dacă sughițul se menține mai mult de două zile sau dacă e însoțit de alte tulburări, în special respiratorii, trebuie consultat medicul.

SUGRUMARE

Descoperirea acestui simptom orientează și confirmă alegerea anumitor medicamente de teren sau de sensibilitate. Senzația că ești prea strâns în jurul gâtului: *Lachesis.*

SULFUR ⧗

Origine
Sulful.

Simptome caracteristice
— agravare la căldură și în pat;
— agravare la unsprezece dimineața;
— periodicitate săptămânală;
— înroșirea orificiilor;
— dorință de zahăr și alcool.

Principalele indicații
Toate maladiile cronice recidivante, îndeosebi:

➢ *Dermatolgice:*
— eczeme,
— herpes,
— parazitoze și micoze,
— furunculoze.

➢ *ORL și respiratorii:*
— astm,
— boala fânului,
— rino-faringită cronică.

➢ *Inimă și vase:*
Hipertensiune puțin pronunțată.
Folosirea acestui mare medicament este delicată. Trebuie să urmați sfaturile medicului homeopat.

Comparații și asocieri
Toate medicamentele care tratează acest teren cronic, îndeosebi: *Psorinum, Lycopodium, Calcarea carbonica, Arsenicum album* și *Nux vomica.*

SULFUR: sensibilitate

Situații sensibile
Terenul pe care îl tratează *Sulfur* este înainte de orice un teren ereditar esențialmente de natură alergică; cu cât manifestările cronice dermatologice, ORL și respiratorii se întâlnesc în familie, cu atât individul este mai marcat de acest teren cronic. Declanșarea episoadelor acute și periodicitatea lor par influențate de o stare de supraîncărcare alimentară sau emoțională.
Persoane sensibile
A priori, nu există un profil tip pentru *Sulfur*, după cum nu există profil care predispune la eczemă sau la boala fânului. În schimb, s-a constatat că *Sulfur* se potrivește în mod deosebit indivizilor tonici și expansivi.
➢ *În echilibru*
Extrovertit, optimist — poate să fie puțin cam zăpăcit, îi place să trăiască bine, cu înclinație spre mâncăruri bune. Îi este totdeauna cald, mai ales în pat; caută răcoarea pentru picioarele care îi ard.
➢ *În dezechilibru*
Episoadele infecțioase sau inflamatorii alternează cu perioadele de mare oboseală; atunci optimismul lasă locul unei stări anxioase marcate de un mare pesimism și iritabilitate.

SULFUR IODATUM

Origine
Iodura de sulf.

Simptome caracteristice
— oboseală pe la unsprezece dimineața;
— excreție iritantă;
— inflamație a ganglionilor;
— inflamație a țesuturilor intra-articulare;
— inflamație a pielii, cu mici chisturi.

Principalele indicații
— sechele ORL ale gripelor;
— rino-faringită cronică la copii și adolescenți;
— acnee juvenilă;
— artroză în pusee.

Comparații și asocieri
Arsenicum iodatum: rino-faringită acută.
Kalium bromatum: acnee chistică.

SULFURICUM ACIDUM

Origine
Acidul sulfuric.

Principalele indicații
- reflux gastric cu aciditate;
- etilism.

SUPĂRĂCIOS +

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.
Această trăsătură de caracter dezvăluie deseori o persoană sensibilă la *Natrum muriaticum*.
Vezi CARACTER.

SUPURAȚIE

Pentru un furuncul, un abces dentar, un început de sinuzită, de la primele simptome se iau *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză, de repetat de 2 ori la fiecare douăsprezece ore, și *Pyrogenium 9 CH*, 5 granule dimineața și seara. Trebuie consultat medicul pentru tratarea cauzei sau a terenului, dar de cele mai multe ori supurația este deja în mare parte vindecată.

SURMENAJ

— în caz de surmenaj intelectual se iau: *Kalium phosphoricum 9 CH* și *Phosphoricum acidum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, timp de cel puțin cincisprezece zile;

— în caz de surmenaj fizic, se iau *Arnica 15 CH* și *China 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, timp de cel puțin cincisprezece zile.

SUȘĂ

Se numesc sușe produsele de bază care permit fabricarea medicamentelor homeopatice. În total, în farmacopee există aproape 3 000. Ca exemplu, laboratorul Boiron, lider mondial, fabrică și propune medicilor, după controale foarte stricte ale calității, 173 de sușe animale ca *Apis* (albină), 1 286 vegetale ca *Arnica* și 1 555 minerale ca *Silicea*, silice.

Deseori, în limbajul curent, se confundă sușa cu medicamentul. Când zicem *Arnica*, trebuie să înțelegem planta; pentru a vorbi de medicament, ar trebui să spunem, de exemplu, *Arnica 9* sau *5 CH*.

SYMPHYTUM

Origine
Symphytum consolida.

Principalele indicații
Consolidarea fracturilor, dureri osoase.

Comparații și asocieri
Calcarea phosphorica: consolidarea fracturilor.

SYZYGIUM

Origine
Eugenia jambolana.

Principalele indicații
Altădată folosit în diluție mică sau în fitoterapie în diabet.

Ș

ȘCOALĂ

— începerea școlii provoacă la cei mai mici sentimentul că sunt pierduți, părăsiți: *Pulsatilla 15 CH*, 1 doză;

— trac: *Gelsemium 15 CH*, 1 doză în ajun.

Vezi COMPORTAMENTUL COPILULUI.

ȘOLD

Artroză a șoldului: *Causticum 9 CH* și *Allium sativum 5 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi, în cură de trei luni, 1-2 ori pe an. Un tratament de teren al artrozei va fi absolut necesar.

Atenție! Durerile acute ale șoldului trebuie să ducă neapărat la consultarea medicului pentru un diagnostic precis și pentru tratament. În general se vor prescrie odihnă și medicamente anti-inflamatoare. Se vor adăuga medicamente homeopatice: *Bryonia 9 CH* și *Allium sativum 5 CH*, 5 granule, în alternanță, de 3 ori pe zi.

ȘTERSUL NASULUI

➢ Dorința de a-ți șterge nasul tot timpul, fără rezultat (sinuzită sau guturai la început): *Sticta pulmonaria 9 CH*, 5 granule, din două în două ore, timp de una-două zile.

➢ Oprirea bruscă a ștergerii nasului, după administrarea de medicamente pentru oprirea guturaiului, provoacă uneori o durere de congestie la rădăcina nasului: *Lachesis 15 CH*, 1 doză, de repetat după șase ore.

Vezi GUTURAI.

T

TABACUM

Origine
Tutunul.

Simptome caracteristice
— greață cu sudori reci, indispoziții;
— agravare la mișcare;
— ameliorare la aer curat.

Principalele indicații
— rău de mașină/transport;
— greață în perioada sarcinii.

Comparații și asocieri
Cocculus: rău de mașină/transport.
Se folosește frecvent *Tabacum compus*, care asociază diferite medicamente împotriva grețurilor.

TAHICARDIE

Bătăile prea rapide sau neregulate ale inimii trebuie să ducă la un examen cardiologic ca să se determine cauza. Când cauza e pur emotivă, se vor lua:

➢ **În urma unei emoții**

Ignatia 15 CH, 5 granule, de repetat, dacă e necesar.

➢ **În urma unei spaime**
Gelsemium 15 CH, 5 granule, de repetat, dacă e necesar.

➢ **La persoanele foarte emotive, foarte timide**
Ambra grisea 15 CH, 5 granule pe zi.

TARAXACUM

Origine
Păpădia.

Principalele indicații
Drenaj hepatic, constipație, limbă încărcată.

TARENTULA HISPANA

Origine
Tarantula.

Simptome principale
— excitație motrice permanentă;
— excitație psihică.

Principalele indicații
Copii instabili, constant agitați.

TĂIETURĂ

Se pune pe tăietura dezinfectată pomadă *Homéoplasmine* și se ia *Staphysagria 15 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de trei zile. Tăieturi la colțul buzelor: *Nitricum acidum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de trei sau patru zile.

TELLURIUM

Origine
Telurul.

Principalele indicații
- supurație a urechii și a canalului auditiv;
- nevralgii sciatice.

TENDINIȚĂ

Pentru toate tendinitele se ia: *Rhus toxicodendron 9 CH*, 5 granule dimineața și seara, și se adaugă în funcție de localizare:

➢ **Gleznă**

Ledum palustre 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ **Cot**

Kalium bichromicum 9 CH și *Hypericum 15 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ **Umăr**

Solanum malacoxylon 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ **Genunchi**

Kalium bichromicum 9 CH și *Petroleum 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.

Tendinitele cronice sunt deseori provocate de o problemă articulară și câteva mișcări moderate și experte vor aranja lucrurile foarte rapid. Mezoterapia este și ea utilă.

TENIE

Dacă, după un tratament clasic, persistă o slăbire, se ia *China 9 CH*, 5 granule, de două ori pe zi, și *Natrum muriaticum 9 CH*, 5 granule în fiecare dimineață, timp de o lună.

TEREN

Ce este un teren în medicină?

Definițiile teoretice sunt puțin cam neclare: ansamblul factorilor, ereditari sau dobândiți, psihologici, tisulari, care condiționează apariția, evoluția și prognosticul maladiilor.

De unde vine această noțiune de teren?

Această noțiune de teren vine în urma mai multor constatări:

— persoane diferite, în condiții similare, nu fac neapărat aceleași maladii; de exemplu: terenul alergic;

— pentru aceeași maladie, două persoane nu vor avea aceeași evoluție sau același prognostic. De exemplu, o simplă gripă poate să aibă o evoluție sau complicații diferite de la o persoană la alta;

— unele persoane recidivează în mod regulat, de exemplu rino-faringitele repetate la copil. Tratamentul simptomelor maladiei acute pare insuficient;

— pentru o anumită persoană, antecedentele sale personale sau familiale descriu o „istorie medicală” comparabilă cu cea a unei alte persoane care pare să aibă același teren; de exemplu: terenul hepatic sau reumatismal;

— unele persoane, în urma unui eveniment medical sau psihologic, prezintă o modificare a reacțiilor: iau în greutate, fac boli noi, pare că terenul lor s-a schimbat.

Care era ipoteza lui Hahnemann?

După ce a descris principiile homeopatiei și a exercitat această terapeutică timp de aproape douăzeci de ani, Hahnemann a constatat că tratamentul simptomului era insuficient și că unele maladii aveau tendința să revină într-un mod exasperant. Atunci a avut ideea de a apropia această noțiune de recidivă de ceea ce observase în legătură cu sifilisul, pe care l-a considerat modelul maladiei cronice. În urma unei infecții cu o „miasmă” — azi am zice germen sau microb —, se produce o infecție dermatologică (șancru la sifilis); apoi, această maladie, tratată prost sau deloc, penetrează organismul ca să provoace o maladie generală (aici sifilisul secundar); și apare periodic sub alte forme (sifilisul terțiar). Ca să schematizăm fraza lui Hahnemann, s-ar putea spune că modelul său de maladie cronică este următorul:

— mai întâi o cauză microbiană, care a creat o leziune cutanată;

— apoi, în timp, maladii generale sau repetitive, care dovedesc efortul organismului de a se debarasa de această infecție.

În această viziune, Hahnemann a descris alte două maladii cronice:

— *psora* (râia) — această rădăcină se regăsește azi în psoriasis —, pe care o lega de infecția râiei și care apoi provoca un teren cronic, caracterizat prin erupții cutanate variate, cu prurit și tot felul de alergii și maladii marcate de periodicitate, recidivă sau alternanță între ele;

— *sicoza* (de la *sycosis*: excrescență cutanată), pe care o lega de blenoragie și care se manifesta prin producerea de veruci, de

condiloame, îndeosebi genitale, printr-o stare cronică de infiltrare a țesuturilor organismului și prin secreții cronice ale mucoaselor.

Care este azi ipoteza homeopaților?
Azi, practica medicală ne permite, în perfect acord cu cunoștințele medicale moderne, să constatăm că maladiile cronice sau repetitive au moduri de declanșare, de derulare și de evoluție care sunt foarte ușor de recunoscut și care sunt descrise cu termenul de moduri reacționale cronice.

Pentru fiecare mod reacțional cronic se descrie:
— ce țesut e afectat;
— ce leziuni predomină;
— care sunt împrejurările declanșatoare sau agravante;
— care este evoluția în timp a maladiei (cronicitate, periodicitate);
— care e prognosticul.
Sunt descrise trei moduri reacționale: psoric, sicotic și tuberculinic.

TESTICUL

➢ **Testicule necoborâte**
Trebuie consultat medicul sau pediatrul, care va examina copilul ca să vadă dacă testiculul este într-adevăr prezent, dar în poziție abdominală, sau dacă e absent. Dacă testiculul este fixat în poziție anormală, intervenția chirurgicală trebuie să fie făcută înaintea vârstei de zece ani. Până la operație, se poate face tratamentul următor: *Aurum 9 CH*, 5 granule dimineața, și *Calcarea fluorica 9 CH*, 5 granule seara, timp de trei luni.
➢ **Testicule umflate în momentul oreionului**
Pulsatilla 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi, timp de opt zile.
➢ **Dureri testiculare care se mențin după o orhită tratată**
Clematis erecta 5 CH, 5 granule dimineața și seara, timp de zece zile.

THALLIUM

Origine
Talium.

Principalele indicații
Căderea părului.

Comparații și asocieri
Se folosește mai des *Thallium aceticum*.

THERIDION

Origine
Păianjenul roșu din Curaçao.

Principalele indicații
Intoleranța la cel mai mic zgomot.

THLASPI BURSA PASTORIS

Origine
Traista ciobanului.

Principalele indicații
Menstruație hemoragică.

THUYA

Origine
Cunoaștem cu toții acest conifer cultivat și frumos tuns din gardurile vii, care se mai numește și arborele vieții. Medicamentul homeopatic este cunoscut datorită experimentărilor care îi arată acțiunea:
— asupra organelor genito-urinare;
— asupra pielii;
— asupra sistemului limfatic;
— asupra stării generale.

Simptome caracteristice
— nevralgii;
— impresia că „ceva se mişcă în pântece";
— agravare la umiditate;
— agravare prin vaccin;
— ameliorare la căldură uscată;
— idei fixe, tendință depresivă.

Principalele indicații

➢ *ORL:*
Rino-faringite şi bronşite recidivante, dacă au caracteristicile evolutive ale terenului.
➢ *Genito-urinare:*
— hipertrofiere a prostatei;
— polipi la vezică;
— infecții urinare cronice;
— scurgeri albe cronice.
➢ *Piele:*
— veruci, condilom, papilom pe mucoasele genitale;
— celulită.
➢ *Stare generală, nervi:*
— nevralgii;
— depresie reacțională.
➢ *Digestive:*
Colite cu chiorăieli.
Toate aceste indicații sunt de resortul medicului homeopat.

Comparații şi asocieri
Toate medicamentele terenului sicotic, îndeosebi *Medorrhinum*.
Natrum sulfuricum: infiltrație celulitică.

THUYA: sensibilitate

Situații sensibile
Thuya va fi folosit ca tratament de fond de fiecare dată când maladia apare în urma unei perturbări a sistemului imunitar. Deci, în cazul unei patologii trenante a mucoaselor sau o luare în greutate, o depresie, trebuie depistat un eventual element declanşator:
— vaccin BCG, tuse convulsivă, antigripal;
— boli infecțioase şi tratamentul lor: la copilul mic, recidiva infecțiilor, cu tratamente din ce în ce mai agresive, constituie una dintre cauzele agravării terenului cronic;
— stresul, uneori evident (accident, deces), alteori dificil de găsit — atunci când datează de mai multe luni şi nu a fost perceput de persoana respectivă, în special copil —, mâncărime, despărțire de mamă (creşă, şcoală), sosirea unui frățior sau a unei surioare.
Persoane sensibile
Nu există, *a priori*, tip morfologic sau psihologic care să predispună la maladiile pe care le tratează *Thuya*. În schimb, aceste maladii pot treptat să modifice:
— morfologia: persoana creşte în greutate, mai ales la nivelul trunchiului şi al bazinului, cu celulită. Pielea devine grasă, lucioasă, transpirația e abundentă, îndeosebi la subsuoară, şi are un miros caracteristic de praz. Unghiile sunt striate şi casante;
— caracterul: poate să apară o tendință depresivă, marcată pe de o parte de îngrijorare în legătură cu evoluția maladiei în curs şi, pe de altă parte, de fobie la maladiile grave, îndeosebi cancerul.

TIC

Un tratament homeopatic de fond va putea fi de folos copilului care are ticuri. Marilor medicamente de teren, prescrise pe baza studierii reacțiilor generale şi a sensibilității lui, li se adaugă medicamente simptomatice ca: *Agaricus 9 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi, când e vorba de ticuri ale feței, sau *Kalium bromatum 9 CH*, 5

granule de 2 ori pe zi, dacă e vorba de ticuri ale mâinii. La adult, aceste ticuri pot să revină în perioadele de oboseală sau de anxietate, caz în care tratamentul de teren poate să fie foarte eficace.

TIMIDITATE ✦

Descoperirea acestui simptom orientează sau confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Timiditatea se tratează prin multă strădanie asupra propriei persoane şi deseori cu ajutorul unei terapii comportamentale. Această strădanie asupra propriei persoane va fi ajutată de un tratament de fond homeopatic specific sensibilităţii fiecăruia. Se ia în 15 CH, 1 doză pe săptămână:

— în caz de timiditate extremă în public, cu palpitaţii sau tuse nervoasă: *Ambra grisea*;

— în caz de timiditate cu înroşire şi plâns uşor: *Pulsatilla*;

— în caz de mare sensibilitate emotivă la persoane fragile: *Silicea*.

Vezi ANXIETATE, EMOŢIE, TRAC.

TIP SENSIBIL

Ce este un tip sensibil

Noţiunea de tip sensibil provine de la următoarea constatare: când experimentăm o substanţă în doză mică sau folosim un medicament homeopatic, se observă că unele persoane reacţionează mai bine decât altele. Ele produc, în cazul experimentării, mai multe răspunsuri sau se vindecă de mai multe simptome în terapeutică. Am zice acum, în termeni de cercetare, că există subiecţi buni sau care răspund mai bine. Hahnemann, fondatorul homeopatiei, recunoştea deja acest fenomen şi descria unele dintre caracteristicile pacienţilor, care răspundeau mai bine la unele medicamente.

Cum îi recunoaştem

Două sute de ani de practică homeopatică ne-au permis să desprindem câteva caracteristici comune la subiecţii care răspund mai bine la un medicament. Aceste criterii definesc tipul sensibil al unui subiect care răspunde bine. Ele sunt în număr de trei:

Tendinţele patologice

Unele persoane au o fragilitate cronică în cazul unui aparat sau al unei funcţii: circulaţie, ficat, intestin, piele...

Morfologia

Cei care răspund bine au uneori în comun trăsături morfotipologice foarte obiective: bărbat sau femeie, înalţi sau scurţi şi îndesaţi, blonzi sau bruneţi, musculatura, repartizarea grăsimii, infiltrarea pielii...

Comportamentul

În afara oricărui eveniment declanşator sau de orice perturbare patologică, fiecare individ are, într-o anumită perioadă dacă nu toată viaţa, un comportament psihologic care îi este propriu: timid, nerăbdător, introvertit, extrovertit, iritabil, meticulos, neliniştit, fobic...

Aceste trei aspecte ale personalităţii unui individ, uneori variabile în cursul vieţii, permit recunoaşterea şi identificarea sensibilităţii sale mai mari la numeroase evenimente şi la unele medicamente homeopatice în special.

Câteva exemple

Pulsatilla. Exeprienţa terapeutică a arătat că femeile tinere blonde, cu piele deschisă la culoare, cu temperament timid, emotiv, căutând simpatia, având tendinţă la probleme circulatorii, răspund deosebit de bine la acest medicament, care este foarte benefic pentru circulaţia şi emotivitatea lor.

Lycopodium. Experienţa terapeutică a arătat că indivizii de înălţime medie, puţin dezvoltaţi muscular, cu caracter iritabil şi autoritar, având tendinţa la colopatie, cu antecedente hepatice şi numeroase alergii cutanate, răspund deosebit de bine la acest medicament, care le uşurează problemele digestive, dermatologice, şi deseori domoleşte temperamentul iritabil.

Interesul terapeutic

Când medicamentul de sensibilitate este dat cu bună ştiinţă, se constată:

– mai întâi, ameliorarea simptomelor care depind de sensibilitatea pacientului pe plan lezional şi funcţional;

– apoi, o atenuare a sensibilităţii generale a pacientului în toate domeniile, îndeosebi pentru ceea ce, în mod obişnuit, îi declanşează sau favorizează bolile, fie că e vorba de evenimente fizice (frig, căldură, oboseală), biologice (alimentaţie, menstruaţie) sau emoţionale (trac, emoţii, decepţii)...

Medicamentul de tip sensibil este deci eficace imediat; este medicamentul de bază al prevenirii şi terenului.

Limitele acestei noţiuni

Prima limită este că se focalizează prea mult asupra caracteristicilor comportamentale şi psihologice ale fiecărui pacient, uitând puţin diagnosticul lezional.

A doua, care este un adevărat pericol, este de a vrea, cu orice preţ, să etichetezi fiecare pacient prin descrierea sa de sensibilitate, să spui că acest pacient este *Pulsatilla* sau *Lycopodium*, uitând însă că caracteristicile pacienţilor noştri evoluează cu timpul şi evenimentele, şi că homeopatia este o medicină care respectă individul în ceea ce are el deosebit şi în incapacitatea sa de reacţie şi de schimbare.

TORTICOLIS

Este o contractură intensă şi foarte dureroasă a muşchilor gâtului, ducând la o neputinţă aproape totală. Afecţiunea apare fie în urma unui traumatism, fie din cauza leziunilor reumatismale. În toate cazurile, trebuie purtat un colier cervical timp de cel puţin trei-patru zile, se face tratament cu *Arnica 15 CH*, 5 granule dimineaţa şi seara, iar, în timpul zilei, în alternanţă din oră în oră, 5 granule de *Lachnantes 5 CH* şi *Bryonia 9 CH*.

➢ Dacă torticolisul apare în urma unei răceli, se începe tratamentul cu *Aconitum 15 CH*, 5 granule din oră în oră, de 3 ori.

➢ Dacă torticolisul apare în momentul menstrelor, se începe tratamentul cu *Actaea racemosa 15 CH*, 5 granule din oră în oră, de 3 ori.

Dacă tulburările persistă sau recidivează, medicul va recomanda un examen radiologic. Vor fi necesare un tratament de fond şi reeducare.

TRAC

Tracul se poate defini ca o anxietate de anticipare. El se manifestă printr-un sentiment de teamă care duce la descurajare sau la agitaţie, precum şi prin simptome fizice: diaree, crampe, spasme, palpitaţii sau senzaţia foarte frecventă de a urina.

Se ia în ajun şi în dimineaţa competiţiei sau a examenului 1 doză în 15 CH de:

— *Gelsemium,* dacă tracul provoacă durere de stomac, diaree, tremurături şi stare de descurajare care te împiedică să gândeşti şi să acţionezi;

— *Argentum nitricum,* dacă tracul provoacă agitaţie şi teama de a fi în întârziere, cu arsuri de stomac şi diaree.

Vezi ANXIETATE, TIMIDITATE.

TRAHEITĂ

La începutul unei traheite acute, se iau sistematic: *Bryonia 9 CH* şi *Rumex 5 CH*, 5 granule, în alternanţă, oră de oră.

Dacă traheita apare în urma unui frig uscat, se începe tratamentul cu *Aconitum 9 CH*, 5 granule, oră de oră, de 3 ori.

Atenţie! O tuse seacă ce durează nu e neapărat un semn de traheită infecţioasă. Poate să fie provocată de o alergie, de o problemă de reflux esofagian, de o problemă cardiologică, dar şi de un corp străin aflat în bronhii. Consultarea medicului este deci obligatorie dacă o tuse seacă durează mai mult de opt zile.

TRANSPIRAŢIE

Transpiraţia poate fi mai întâi un simptom reacţional care, în stările acute, orientează alegerea medicamentelor: se iau, în 9 CH, 5 granule din două în două ore:

— febră cu sudori pe faţa congestionată: *Belladonna*;

— febră cu faţă roşie fără sudoare: *Aconitum*;

— febră cu transpirare a părţilor acoperite, care nu alină: *Mercurius solubilis*.

Împrejurările apariției transpirației pot să indice și un medicament de fond: se iau, în 9 CH, 5 granule pe zi:

— transpirația feței la adormire: *Calcarea carbonica*;
— la trezire bruscă: *Sambucus*;
— după gripă sau o maladie infecțioasă: *China*;
— la momentul menstrelor (sudori reci): *Veratrum album*;
— după masă: *Natrum muriaticum*.

Transpirația cronică, când e localizată, indică și un medicament de fond: se iau, în 9 CH , 5 granule pe zi:

— la gât: *Calcarea phosphorica*;
— la pielea capului: *Calcarea carbonica*;
— la subsuoară (miros puternic): *Thuya*;
— la mâini: *Sticta pulmonaria*;
— la picioare: *Silicea*;
— în regiunea genitală: *Thuya*.

TRAUMATISM

În toate cazurile de traumatism fizic, se ia mai întâi *Arnica 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi, și se adaugă 5 granule de 3 ori pe zi, dintr-un medicament ales în funcție de locul traumatismului:

— nervi: *Hypericum 15 CH*;
— ochi: *Ledum palustre 5 CH*:
— os: *Symphytum 5 CH*;
— piept: *Bellis perennis 5 CH*;
— testicule: *Clematis erecta 15 CH*;
— venă: *Hamamelis 5 CH*.

TREMURĂTURI

Tremurătura poate să fie ocazională și legată de o emoție:

➢ Cu inhibiție, paralizie
Gelsemium 15 CH, 5 granule, de repetat dacă e necesar.
➢ Cu agitație
Argentum nitricum 15 CH, 5 granule, de repetat dacă e necesar.
➢ Cu excitație nervoasă
Coffea 15 CH, 5 granule, de repetat dacă e necesar.

Tremuratul poate să fie și cronic, mai ales în cazul maladiei lui Parkinson: *Manganum 9 CH*, 5 granule pe zi, dar rezultatele nu sunt constante.

TRISTEȚE

Practica homeopatică arată că unele persoane sunt mai predispuse decât altele la un număr de sentimente, care depind mai mult de sensibilitatea lor decât de evenimentul propriu-zis.

Natrum muriaticum 15 CH și *Ignatia 15 CH*, 1 doză din fiecare trei zile la rând, care vor stabiliza dispoziția și vor evita apariția unei stării depresive.

TRUSA HOMEOPATICĂ A FAMILIEI

Trusa homeopatică a familiei trebuie să fie formată din trei tipuri de medicamente.

➢ Mai întâi medicamentele indispensabile

Nu trebuie stocate decât cele care sunt foarte frecvent utilizate sau de primă necesitate. Pentru multe dintre medicamentele citate în această carte se poate aștepta. Ele pot fi procurate la cerere de la farmacie. Medicamentele trebuie păstrate într-un loc uscat, la adăpost de căldură și mirosuri puternice. Se recomandă păstrarea separată a medicamentelor alopatice.

Aconitum 9 CH, 1 tub: febră acută, mare, răceală puternică.

Aesculus compus, 1 tub: criză de hemoroizi.

Apis 15 CH, 1 tub: edem, înțepătură de insecte, urticarie, arsură de gradul unu.

Arnica 9 CH, 1 tub: hematom, traumatism muscular.

Arsenicum album 9 CH, 1 tub: dureri febrile, otită acută noaptea, gastro-enterită acută, angoasă nocturnă.

Belladonna 9 CH, 1 tub: febră cu transpirație, arsură de gradul unu, inflamație zvâcnitoare a pielii sau a mucoaselor.

Cantharis 9 CH, 1 tub: arsură de gradul doi, cistită acută.

Céphyl, o cutie: febră, durere. Atenție! Acest medicament conține aspirină.

Cocculine, 1 cutie: rău de mașină/transport.

Colocynthis 9 CH, 1 tub: dureri spasmodice, în alternanță cu *Magnesia phosphorica*.
Coryzalia, 1 cutie: rinită, boala fânului.
Cuprum 9 CH, 1 tub: crampe, spasme, crize de astm.
Gelsemium 15 CH, 1 tub: trac, adormire dificilă.
Hepar sulfur 15 CH, 1 doză: început de supurație.
Homéoplasmine, 1 tub: iritație a pielii, zdrelituri, zgârieturi, arsuri.
Ignatia 15 CH, 1 tub: excitație nervoasă, spasm nervos.
Magnesia phosphorica 9 CH, 1 tub: dureri spasmodice, în alternanță cu *Colocynthis*.
Nux vomica 9 CH, 1 tub: spasme digestive, indigestie, mahmureală.
Oscillococcinum, 1 cutie de 6: început de afecțiune gripală și de otită.
Poumon histamine 15 CH, 1 tub: alergie.
Sédatif PC, 1 tub: anxietate, nervozitate.
Staphysagria 15 CH, 1 tub: vexație, sentiment de nedreptate.
Stodal, 1 flacon: tuse.
Stramonium 15 CH: coșmaruri, spaime nocturne.

➢ De avut sau de păstrat după un tratament, pentru fiecare membru al familiei

Maladiile cronice sau repetitive iau deseori aceeași formă, la fiecare episod, pentru o anumită persoană. Se poate deci păstra preventiv același tratament pentru viitoarea criză de tuse, otită, herpes, migrenă, sinuzită etc.

➢ Medicamentele de vacanță

Agaricus 5 CH: degerături.
Coca 9 CH: rău de înălțime.
Lachesis 9 CH: căldură.
Ledum palustre 9 CH: înțepătură de insectă.
Podophyllum 9 CH: diaree.
Ruta 5 CH: oftalmia zăpezii.
Sporténine: practicarea sportului.
Vipera 5 CH: inflamația venelor.

Să se consulte indicațiile precise pentru fiecare dintre aceste medicamente.

TUBERCULINUM ⌛

Origine

Tuberculina brută care servește la testele tuberculinice.

Simptome caracteristice

— slăbire, timiditate;
— afecțiuni ORL repetate;
— variabilitatea simptomelor;
— recidive frecvente.

Principalele indicații

➢ *ORL:*
— rino-faringite repetate;
— astm;
— otite repetate.
➢ *Ginecologie:*
— menstre dureroase.
➢ *Stare generală, sistem nervos:*
— tulburări de creștere;
— probleme endocrine (tiroidă);
— spasmofilie;
— dureri de cap;
— anxietate și hiperemotivitate.

Folosirea acestui medicament este delicată. Trebuie să urmați recomandările medicului homeopat.

Comparații și asocieri

Tuberculinum residuum, Tuberculinum aviaire, VAB: tratamentul terenului tuberculinic.

TUBERCULINUM: sensibilitate

Situații sensibile

Adaptarea celor foarte mici, care se află în contact brusc și în mod recidivant cu viruși sau microbi, într-un context psihologic de ruptură (intrarea la creșă sau la cămin), suportat uneori deosebit de greu de un copil hipersensibil.

Alimentația proastă și mai ales carențele se află și ele la originea terenului tuberculinic.

Vaccinarea cu BGC, când e prost suportată, provoacă toate tulburările tuberculinismului:

— fragilitate ORL, cu infecții recidivante;

— ganglioni tari și dureroși.

Persoane sensibile

Acest medicament se potrivește mai ales copiilor sau unor persoane tinere, mai curând slabe și longiline.

➤ *În echilibru*

E totdeauna o persoană excesiv de prudentă, emotivă, cu o dispoziție destul de instabilă. Imaginativă și creativă, ei îi place schimbarea atât în viața personală, cât și în cea profesională. Îi plac mutările și călătoriile. Îi e greu să se pună în mișcare dimineața, nu-i place să se fixeze asupra lucrului său în timpul zilei, dar seara devine hiperactivă.

➤ *În dezechilibru*

Suferă de guturai și de bronșite cu recidive frecvente. E epuizată și din ce în ce mai emotivă. Deși nu e prea grasă, slăbește și mai mult. Se simte epuizată fizic, dar și intelectual, și se plânge de dureri de cap seara. Îi vine greu la cea mai mică mișcare sau efort. Hiperemotivă, ea devine temătoare, nu mai are încredere în ea și se poate refugia în vise.

TUBERCULINUM AVIAIRE

Origine

Tuberculina găinilor.

Principalele indicații

Medicament de acțiune cronică, la copii îndeosebi, folosit în tratarea otitelor, bronșitelor, astmei. Aceste indicații sunt de resortul medicului homeopat.

TUBERCULINUM RESIDUUM

Origine

Tuberculina reziduală.

Simptome caracteristice

Rigiditate, retracție, prin fibroză, a țesuturilor periarticulare.

Principalele indicații

Medicament de acțiune cronică:

— artroză cronică cu rigiditate;

— maladia lui Dupuytren (retracția pereților tendoanelor mâinii).

Aceste indicații sunt de resortul medicului homeopat.

TUSE

Tusea nu e o maladie, ci un simptom care trebuie explorat. Ea poate să indice un simplu guturai, o bronșită sau probleme bronho-pulmonare grave, dar și probleme digestive și cardiace.

Întrebările

De cât timp tușiți?

Aveți febră?

Tusea e seacă sau grasă?

Tusea e continuă, fără ritm sau cu accese?

În ce context se situează această tuse (infecție, alergie, emotivitate)?

Ce trebuie făcut

Se ia medicamentul sau medicamentele indicate mai jos în 9 CH, 5 granule din două în două ore, în alternanță, sau după posologia indicată.

➢ *Şi în plus*:

Uleiurile esenţiale vor fi foarte utile pentru fluidizarea şi dezinfectarea secreţiilor:

— cimbrişor (1 g),

— pin (1 g),

— eucalipt (1 g),

— elixir de papaină (125 cl).

Se iau 50 de picături de 3 ori pe zi (pentru adult), timp de cel puţin opt zile. La copil, supozitoarele sunt mai uşor acceptate, precum *Campho-pneumine*, 1 supozitor dimineaţa şi seara, timp de opt zile.

➢ *Şi în plus*:

Siropurile homeopatice pot să fie şi ele foarte utile: *Stodal, Drosetux, Phytotux.*

Trebuie consultat medicul dacă

— tusea durează, îndeosebi la fumătorul trecut de patruzeci de ani;

— febra sau expectoraţia indică o bronşită;

— o tuse seacă, fără accese, durează mai mult de opt zile.

TUSE: este seacă, recentă şi însoţită de febră

ACONITUM

Febră acută, bruscă, cu congestia uscată a feţei şi tuse seacă, cavernoasă.

✧ ***Experienţa mea:***

Setea intensă şi anxietatea completează tabloul.

BELLADONNA

Febră ridicată, bruscă, alternând cu sudoarea feţei; mucoasele sunt uscate şi dureroase.

✧ ***Experienţa mea:***

Tusea poate să provoace vomă la copil.

BRYONIA

Febră moderată, progresivă, cu tuse foarte dureroasă, care obligă la ţinerea cu mâna a regiunii dureroase.

✧ ***Experienţa mea:***

Deseori început de traheită sau bronşită infecţioasă necesitând consultarea medicului.

TUSE: este seacă, cavernoasă, recentă, iar vocea e modificată

HEPAR SULFUR

Durere acută a laringelui, înţepătoare, cu tuse foarte dureroasă.

✧ ***Experienţa mea:***

1 doză în 15 CH, de la primele simptome.

SPONGIA

Tuse cavernoasă, cu o voce în schimbare.

SAMBUCUS

Nas înfundat, trezire brutală noaptea, cu senzaţia de apăsare şi sufocare.

✧ ***Experienţa mea:***

Aceste două medicamente se iau în alternanţă, la fiecare zece minute, în caz de laringită acută la copil, în aşteptarea venirii medicului, chemat de urgenţă.

Atenţie! Medicul trebuie consultat de urgenţă când e vorba de un copil.

TUSE: e grasă, recentă şi însoţită de febră

IPECA

Tuse grasă, continuă, care se termină cu vomă.

✧ ***Experienţa mea:***

Ascultarea descoperă multe horcăieli la limita reacţiei astmatice.

FERRUM PHOSPHORICUM

Tuse puţin grasă a începutului de bronşită, cu durere a traheei şi bronhiilor.

✧ ***Experienţa mea:***

Medicament de acţiune sistematică la începutul tuturor bronşitelor, în 9 CH, 5 granule de 3 ori pe zi.

ANTIMONIUM TARTARICUM

Tusea e foarte grasă, iar expectoraţiile dificile şi consistente.

✧ ***Experiența mea:***
Medicamentul bronşitei puternice.

TUSE: e seacă, cu accese, şi durează, deşi celelalte simptome au dispărut

DROSERA
Accese de tuse mai ales noaptea, rezistente la toate siropurile, ca tusea convulsivă.
✧ ***Experiența mea:***
Medicamentul clasic după un guturai sau o gripă, 1 doză în 15 CH, 3 seri la rând.

COCCUS CACTI
Accesele se produc mai ales seara şi se caracterizează prin expectorarea unor secreții albicioase.
✧ ***Experiența mea***
Simptomele sunt foarte uşor de recunoscut şi medicamentul foarte eficace, în 5 CH, 5 granule de 3 ori pe zi.

CORALLIUM RUBRUM
Tusea e explozivă şi se termină cu vomă; se declanşează mai ales când bolnavul stă culcat, printr-o scurgere pe gât foarte iritantă.
✧ ***Experiența mea:***
Foarte frecvent, chiar şi în faza acută a unui guturai; medicament clasic al tusei convulsive.

Daniel, în vârstă de 27 de ani, în urma unui guturai, are accese de tuse în timpul zilei la efort sau noaptea.
➢ DROSERA 15 CH, 1 doză, trei seri la rând.

TUSE: este seacă, fără accese, şi durează de mai mult de o săptămână

RUMEX
Tusea e seacă şi e declanşată de o mâncărime pe laringe.
✧ ***Experiența mea:***
Îndeosebi respirând aer rece.

CAUSTICUM
Senzație de rană pe trahee, tuse seacă, cavernoasă, dureroasă şi agravată de aerul rece.
✧ ***Experiența mea:***
Tusea e deseori ameliorată de o gură de apă rece.

MANGANUM
Tuse seacă, laringeeană, trenantă, cu răguşeală şi nevoia de a drege glasul.
✧ ***Experiența mea:***
Se manifestă şi o mare oboseală.
Atenție! În toate aceste cazuri, dacă tusea durează, trebuie consultat medicul, căci poate să fie vorba:
— de un reflux gastric;
— de o problemă cardiologică;
— de un corp străin în bronhii sau de o tumoare.

TUSE: pare provocată de un fenomen alergic

IPECA
Tusea e continuă şi uneori se termină cu vomă.
✧ ***Experiența mea:***
Este un medicament clasic al astmului, dar şi al simplului guturai cu reacție bronşică la mulți copii.

BLATTA ORIENTALIS
Tuse grasă de bronşită sau bronhiolită.
✧ ***Experiența mea:***
Foarte eficace în episoadele acute, îndeosebi la copiii alergici la praf şi acarieni.

CUPRUM
Spasme ale bronhiilor cu tuse spasmodică şi apăsare, chiar sufocare.
✧ ***Experiența mea:***
Medicamentul crizei de astm sau al tusei convulsive, foarte util în numeroase traheite.

Alice, în vârstă de 3 ani, la fiecare guturai, face o tuse grasă, sub formă de accese, care provoacă vomitat.

➤ IPECA 9 CH şi BLATTA ORIENTALIS 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

TUSE: pare provocată de o mare emotivitate

IGNATIA
Tuse nervoasă, în timpul zilei, şi mai rea dacă te gândeşti la ea sau la cea mai mică supărare.

✧ ***Experienţa mea:***
Niciodată noaptea sau dacă eşti ocupat; în 15 CH, 5 granule la fiecare acces.

HYOSCYAMUS
Tuse nervoasă, exact în momentul culcatului, care te obligă să te scoli.

✧ ***Experienţa mea:***
1 doză două seri la rând în 15 CH este de ajuns.

AMBRA GRISEA
Timiditatea excesivă declanşează tusea în public.

✧ ***Experienţa mea:***
În 15 CH, 1 doză, preventiv, înainte de ceremonii sau de spectacole.

TUTUN

Oprirea fumatului este o decizie foarte înţeleaptă, dar de cele mai multe ori temperată de senzaţia „că-ţi lipseşte ceva", de nervozitate şi mai ales de teama de îngrăşare.

Iritabilitatea şi anxietatea
Sunt simptomele cele mai frecvente care apar la oprirea fumatului: agitaţia fizică, picioarele „neastâmpărate", furia, nerăbdarea fac viaţa dificilă fostului fumător şi anturajului său.

➤ Pentru uşurarea frustrării:
Staphysagria 15 CH, 5 granule zilnic.

➤ Pentru estomparea dispoziţiei proaste:
Nux vomica 15 CH, 5 granule zilnic.

➤ Pentru a uşura senzaţia violentă de foame:
Ignatia 15 CH, 5 granule zilnic.

➤ Pentru a calma angoasele şi insomniile:
Sédatif PC, 5 granule de 3-6 ori pe zi.

Terenul
Preocuparea majoră este deseori creşterea în greutate. De vină sunt ronţăitul tot timpul, mesele prea copioase, precum şi o modificare a termoreglării.

Oprirea fumatului duce la modificări psihologice şi fiziologice care, la fel ca şi alte evenimente — maladii infecţioase, corticoterapie, vaccinări —, perturbă echilibrul organismului. Celulita, creşterea în greutate, verucile, starea depresivă constituie simptomele care indică modificarea terenului. *Thuya 15 CH* în doze homeopatice va fi tratamentul de fond clasic al acestei maladii de adaptare.

➤ Pentru ajutarea dezintoxicării organismului:
Tabacum 15 CH, 5 granule zilnic. Tratamentul trebuie să fie menţinut timp de o lună sau două, apoi dozele se răresc în funcţie de ameliorare.

Ț

ȚEAPĂ

Evident, trebuie scoasă țeapa sau spinul și dezinfectată rana, apoi se iau sistematic: *Ledum palustre 15 CH*, 1 doză, și *Echinacea 5 CH*, 5 granule din două în două ore, timp de două-trei zile. Se pune pe rană alifie cu calendula sau *Homéoplasmine*.

Dacă durerile persistă sau dacă punctul înțepăturii rămâne roșu sau umflat, trebuie consultat repede medicul.

➢ Senzația că ai o țeapă:
Nitricum acidum 9 CH, 5 granule, 1-2 ori pe zi.

➢ În gât:
Argentum nitricum 9 CH, 5 granule, 1-2 ori pe zi, în așteptarea consultării medicului.

➢ În laringe:
Hepar sulfur 15 CH, 1 doză, în așteptarea consultării medicului.

U

ULCER GASTRO-DUODENAL

În cele mai multe cazuri, în faza acută, medicamentele clasice antiulceroase sunt foarte eficace, dar nu împiedică recidivele. Acestea indică terenuri anxioase, cu polaritate digestivă, care necesită un tratament de fond.

Rezultatul fibroscopiei permite alegerea unor medicamente specifice leziunii, în completarea tratamentului antiulceros: se iau 5 granule de 2 ori pe zi, pe toată durata tratamentului, apoi la fiecare recidivă:

— în caz de ulcer circular: *Kalium bichromicum 5 CH*;
— în caz de ulcer linear: *Nitricum acidum 9 CH*;
— în caz de ulcer cicatricial indurat: *Graphites 9 CH*.

ULCER VARICOS

Prioritatea o constituie tratamentul local. Cel mai simplu este să se curețe ulcerul cu puțină apă fiartă și răcită în care se adaugă 30 de picături de *Calendula TM*, apoi să se pună un pansament semipermeabil (care lasă să iasă secrețiile), precum *Comfeel*. Se vor lua *Nitricum acidum 9 CH* și *Kalium bichromicum 9 CH*, 5 granule, în alternanță, de 3 ori pe zi. Dacă acest ulcer se produce pe o eczemă varicoasă, se adaugă *Fluoricum acidum 9 CH*, 5 granule dimineața

şi seara. Când ulcerul e aproape cicatrizat, se acoperă pur şi simplu dimineaţa şi seara cu un strat gros de alifie *Cicaderma*.

Dacă simptomele persistă, se consultă medicul.

UNGHII

Se face tratamentul următor timp de două luni:

➢ Casante, friabile:
Thuya 9 CH, 5 granule de 3 ori pe săptămână.

➢ Tari şi groase:
Antimonium crudum 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ Striate:
Fluoricum acidum 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ Deformate:
Graphites 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ Cu pete albe:
Silicea 9 CH, 5 granule pe zi.

➢ Despicate:
Silicea 9 CH, 5 granule pe zi.

➢ Dacă îţi rozi unghiile:
Kalium bromatum 9 CH, 5 granule pe zi.

➢ Încarnate:
Graphites 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

➢ Veruci sub unghii:
Causticum 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi.

URCIOR

Este o inflamaţie a marginii libere a pleoapei care se infectează şi formează un mic abces (mai există şi cazul unui mic furuncul care se dezvoltă în dauna unei gene).

De la primele simptome şi până la consultarea medicului, se vor lua:

— *Hepar sulfur 15 CH*, 1 doză la fiecare douăsprezece ore, de 3 ori;

— şi *Staphysagria 15 CH*, 1 doză la fiecare douăsprezece ore, de 3 ori.

Colirul şi alifia prescrise de medic sunt şi ele indispensabile. Recidivele necesită un tratament de fond.

URETRITĂ

O scurgere uretrală trebuie în mod obligatoriu să ducă la analize, pentru a determina germenul în cauză şi tratamentul cu antibiotice potrivit.

Uneori, după tratament, pot să se mai manifeste dureri la micţiune sau o mică scurgere limpede. În acest caz luaţi *Thuya 9 CH* şi *Staphysagria 15 CH*, 5 granule pe zi.

URTICA URENS

Origine
Urzica.

Principalele indicaţii
Urticarie alimentară (mai ales) sau agravată în contact cu apa.

URTICARIE

Urticaria, la unele persoane cu teren alergic, poate să apară în multe împrejurări: alimentare, fizice (frig, efort, soare) sau emotive. Trebuie deci prescris un tratament de fond homeopatic al terenului alergic şi emotiv. Cu ocazia episoadelor acute, se ia de la primele simptome, timp de trei zile, *Poumon histamine 15 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

➢ În caz de plăci roz, umflate, ameliorate la frig: *Apis 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

➢ În caz de urticarie în urma consumului de scoici sau peşti: *Urtica urens 5 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

➢ După excese alimentare: *Antimonium crudum 9 CH*, 5 granule de 3 ori pe zi.

USCĂCIUNE

Se iau medicamentele indicate, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de patru-cinci zile. Dacă simptomele persistă, consultaţi medicul.

➢ Uscăciune a pielii: *Alumina 9 CH* şi *Arsenicum iodatum 9 CH.*

➢ Uscăciune a mucoaselor, cu sete: *Bryonia 9 CH* şi *Belladonna 9 CH.*

➢ Uscăciune a mucoaselor, fără sete: *Alumina 9 CH.*

➢ Uscăciune vaginală: *Folliculinum 4 CH.*

USTILAGO

Origine
Ustilago maidis, ciupercă parazită a plantelor.

Principalele indicaţii
Menstre hemoragice.

VAB

Origine
BCG-ul.

Principalele indicaţii
— urmări ale vaccinării cu BCG;
— teren tuberculinic.

Comparaţii şi asocieri
TK, Tuberculinum aviaire.

VACCINOTOXINUM

Origine
Vaccinul antivariolic.

Principalele indicaţii
Erupţii de vezicule, îndeosebi la începutul zonei zoster sau herpesului.

VAGINISM

Dureri şi spasme ale vaginului în cursul actului sexual. Este necesar un examen clinic pentru depistarea unei cauze infecţioase

sau organice. În absența ei, este necesar un tratament al terenului emotiv. Până la consultarea medicului, se iau înaintea raporturilor sexuale: *Gelsemium 15 CH*, 1 doză, și *Platina 15 CH*, 5 granule în fiecare dimineață, timp de cincisprezece zile.

VALERIANA

Origine
Odoleanul.
Principalele indicații
Hipersensibilitate emoțională, dureri, spasme.

Comparații și asocieri
Ignatia: hiperexcitabilitate.

VARICE

Tratamentul homeopatic are o utilitate dublă în cazul de față: frânarea evoluției lor și tratarea simptomelor care decurg (îngreunare, durere, edem).

➢ Prevenire:
Calcarea fluorica 9 CH și *Sepia 9 CH*, 5 granule pe zi în cură de zece zile pe lună.
➢ Durere:
Arnica 9 CH și *Vipera 5 CH*, 5 granule de 2 ori pe zi.
Atenție! Dacă simptomele persistă, consultați medicul. *Vezi PERIFLEBITĂ.*
➢ Eczemă varicoasă:
Fluoricum acidum 9 CH, 5 granule de 2 ori pe zi, timp de o lună.
➢ Edem și îngreunare:
20 de picături, de 3 ori pe zi, din *Hamamelis compus* sau *Climaxol* în cură de douăzeci de zile pe lună.

VARICELA INFANTILĂ

E ultima maladie pentru care încă nu există vaccin. Diagnosticul nu pune nici o problemă și tratamentul este totdeauna același:

➢ La început:
— *Rhus toxicodendron 15 CH* și
— *Poumon histamine 15 CH*, 5 granule, în alternanță, din două în două ore.

➢ Apoi în stadiul de coji:
— *Mezereum 5 CH* și
— *Antimonium tartaricum 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi.

VÂNĂTAIE

➢ În caz de vânătăi sau hematoame ca urmare a unui șoc: *Arnica 9 CH*, 5 granule, de repetat de 2-3 ori în timpul zilei.

➢ În caz de vânătăi apărute ușor, spontan, fără lovituri, trebuie consultat medicul. Fragilitatea capilară indică în general: *Lachesis*.

VENĂ

➢ Dureri de vene: *Arnica 9 CH și Vipera 9 CH*, 5 granule din fiecare de 2 ori pe zi. Atenție! Dacă simptomele persistă, consultați medicul. *Vezi PERIFLEBITĂ.*
➢ Insuficiență venoasă care se manifestă prin picioare grele sau umflate: se iau în mod regulat 20 de picături, de 3 ori pe zi, din *Hamamelis compus* sau *Climaxol*. Va fi necesar și un tratament de fond.

VERATRUM ALBUM

Origine
Strigoaie.

Simptome caracteristice
— senzație de frig glacial, cu slăbiciune intensă, indispoziție;
— dureri violente ca de crampe;
— sudori reci;

— diaree abundentă şi frecventă care poate să ducă la deshidratare.

Principalele indicaţii

— diaree acută, cu ocazia unor gastro-enterite sau unor intoxicaţii alimentare cu indispoziţie;
— criză de spasmofilie;
— menstre dureroase, cu crampe, sudori reci şi indispoziţie vagală.

Comparaţii şi asocieri

Arsenicum album: diaree acută, cu indispoziţie şi risc de deshidratare.
Cuprum: crampe.

De avut în casă

Veratrum album 15 CH, 1 tub.

VERBASCUM

Origine

Lumânare.

Principalele indicaţii

- nevralgii faciale care revin la ore fixe, cu lăcrimări iritante;
- rinită.

Comparaţii şi asocieri

Cedron: nevralgii care revin la ore fixe.
Kalium iodatum: rinită şi lăcrimări.

VERGETURI

În timpul sarcinei, în afara cremelor recomandate de farmacist, se ia douăzeci de zile pe lună: *Calcarea fluorica 9 CH* şi *Graphites 9 CH*, 5 granule din fiecare, de două ori pe zi.

VERUCI

Întrebările

Care e aspectul verucii (cornos, transparent, gălbui)?
Care e localizarea (picior, mână, faţă)?
E dureroasă?
E unică sau multiplă?

Ce trebuie făcut

Se ia sistematic *Thuya 15 CH*, 1 doză pe săptămână, timp de o lună.

➢ *Şi în plus*:

Medicamentul indicat (vezi mai jos) în 9 CH, 5 granule dimineaţa şi seara.

➢ *Şi în plus*:

Biomag, 1 comprimat de ronţăit dimineaţa şi seara.

➢ *Şi în plus*:

Se poate folosi local următoarea alifie, pe care o va pregăti farmacistul:
— *Teucrium scorodonia TM*;
— *Euphorbia TM 3%*,
— *Thuya TM*,
— *Vaselină sau cetalină (15 g)*.

Trebuie consultat medicul dacă

— o verucă pe corp este dureroasă şi sângerează;
— verucile sunt multiple şi au apărut brusc;
— ele nu dispar în ciuda tratamentului de o lună.

VERUCI: sunt dese, întărite şi dureroase

ANTIMONIUM CRUDUM

Verucă în formă de conopidă, cornoasă, dureroasă, pe talpa piciorului şi pe mâini.

✧ ***Experienţa mea:***

Multiplă sau recidivantă la cei cu un apetit deosebit de mare.

NITRICUM ACIDUM

Gălbuie, întărită, uneori cu sângerare.

✧ *Experiența mea:*
Durerea e vie, înțepătoare.

GRAPHITES
Veruci mari în jurul unghiilor.
✧ *Experiența mea:*
Deseori asociat cu *Antimonium crudum.*

Patrick, în vârstă de 45 de ani, are veruci plantare mari, care au reapărut foarte repede, după tratamentul cu zăpadă carbonică. Verucile sunt uneori dureroase și unele sângerează când se crapă.

➤ THUYA 15 CH, 1 doză pe săptămână.

➤ ANTIMONIUM CRUDUM 9 CH și NITRICUM ACIDUM 9 CH, 3 granule din fiecare, înainte de cele două mese.

VERUCI: sunt plate și transparente, nedureroase

DULCAMARA
Veruci plate, transparente, multiple, deseori pe partea de deasupra mâinilor.
✧ *Experiența mea:*
Este și medicamentul verucilor măslinii de pe spate.

BERBERIS
Veruci plate pe mâini, la vârful degetelor.
✧ *Experiența mea:*
Este și un drenor al ficatului și rinichilor.

CAUSTICUM
Veruci mari, deschise la culoare, puțin cornoase, sub unghii, în vârful nasului sau la buză.
✧ *Experiența mea:*
E și medicamentul verucilor persoanelor în vârstă.

Marie, în vârstă de 10 ani, are foarte multe veruci mici, de când se ducea la piscină, molluscum pe fese și pe părțile interne ale coapselor. Are o amintire foarte neplăcută a ultimei vizite la dermatolog, când i-a scos, cu un an în urmă, vreo zece molluscum.

➤ VACCINOTOXINUM 15 CH, 1 doză pe săptămână.

➤ DULCAMARA 9 CH și CINNABARIS 9 CH, 3 granule din fiecare, înaintea celor două mese.

VEZICULA BILIARĂ

De cele mai multe ori, ceea ce numim "criză de ficat" este, de fapt, o tulburare a căilor biliare. În caz de obstacol, poate chiar să apară o durere foarte puternică în spate, în vârful omoplatului drept.

Pentru drenarea veziculei biliare și favorizarea digestiei și a tranzitului intestinal, se ia *Chelidonium compus* sau *Hepatodrainol* 15 picături, înaintea meselor principale. Dacă simptomele persistă, consultați medicul și faceți o analiză biologică și un examen ecografic al funcțiilor hepato-veziculare.

VIBURNUM

Origine
Călin.

Principalele indicații
Menstruație puțin abundentă și foarte dureroasă.

VINCENT (anghina lui) ◉

Este o anghină ulceroasă, provocată de asocierea a doi microbi, caracterizată de puncte mari, albe, în amigdale. Maladia reacționează foarte bine la tratamentul homeopatic: *Kalium bichromicum 9 CH* și *Mercurius cyanatus 9 CH*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră, precum și gargară cu *Phytogargarisme*, de 3 ori pe zi. Dacă simptomele persistă după patruzeci și opt de ore, se consultă medicul.

VIOLA ODORATA

Origine
Vioreaua.

Principalele indicații
Dureri reumatice ale încheieturii mâinii.

VIOLA TRICOLOR

Origine
Panseaua sălbatică.

Principalele indicații
Eczema cu coajă a pielii capului.

VIPERA REDI

Origine
Vipera aspic. Veninul de viperă, ca multe veninuri, acționează asupra sângelui și a pereților vasculari. Acțiunea homeopatică are efect mai ales asupra inflamației venelor.

Principalele simptome
— durere a venelor ca o tensiune foarte puternică;
— ameliorare ridicând picioarele.

Principalele indicații
— picioare grele, tendință la echimoze;
— flebite superficiale.

Comparații și asocierii
Lachesis: flebită superficială și hematoame.
Hamamelis: picioare grele.

VOCE

Vezi RĂGUȘEALĂ.

➢ Voce răgușită dimineața:
Rhus toxicodendron 9 CH, 5 granule seara.

➢ Voce răgușită seara:
Phosphorus 9 CH, 5 granule dimineața.

➢ Voce care pare în schimbare:
Manganum 9 CH, 5 granule dimineața.

➢ Dificultatea de a lua notele acute:
Argentum nitricum 9 CH, 5 granule în fiecare dimineață.

Aceste tratamente pot să fie urmate opt zile. Dacă simptomele persistă, consultați medicul sau un specialist care să vă examineze laringele.

VOMĂ

Se vor lua următoarele medicamente timp de douăzeci și patru de ore, până la consultarea medicului:

➢ Din cauza indigestiei sau a unor excese alimentare:
Voma ușurează: *Nux vomica 5 CH* și *Antimonium crudum 5 CH*, 5 granule, în alternanță, oră de oră.

➢ Din cauza unei gastro-enterite sau a unei intoxicații alimentare:
Voma nu ușurează: *Ipeca 9 CH*, 5 granule oră de oră, în caz de grețuri cu vome de bilă repetate, indispoziție și salivare.

➢ *Sau:*

Arsenicum album 9 CH, 5 granule din oră în oră, dacă există diaree, arsuri la stomac și dacă voma este agravată de cea mai mică cantitate de apă înghițită.

➢ *Sau:*
Phosphorus 9 CH, 5 granule din oră în oră, în caz de sete de mici cantități de apă foarte rece, vomate imediat după aceea.

➢ Criză de acetonemie la copil:
Senna 5 CH, 5 granule la fiecare jumătate de oră. Trebuie să se dea destul de băut copilului (minimum o jumătate de oră), de preferință o băutură dulce și sărată totodată (coca-cola este foarte eficace în această situație).

Medicul homeopat trebuie să aibă în vedere un tratament de fond a acestui teren hepatic.

VOMA NOU-NĂSCUTULUI

Se ia timp de douăzeci și patru de ore, până la consultarea medicului:

➢ De la lapte prins:
Aethusa 5 CH, 5 granule înainte de una-două alăptări.

➢ De la lapte neprins:
Sepia 9 CH, 5 granule pe zi.

➢ Cu nervozitate:
Chamomilla 15 CH, 5 granule pe zi.

VORBĂREȚ

Pacientul devine foarte vorbăreț, logoreic, cu excitație, mai ales seara: *Lachesis 15 CH*.
Vezi LIMBAJ.

W

WEIHE (punctele lui)

Punctele lui Weihe sunt puncte cutanate, care poartă numele inventatorului lor, doctorul Weihe. Teoretic, fiecare medicament este în legătură cu un punct de pe corp. Aceste puncte sunt dureroase la apăsare când sunteți sensibil la medicamentele la care corespund. Cunoașterea lor poate să permită orientarea sau confirmarea diagnosticului medicului homeopat. De exemplu, punctul situat la extremitatea claviculei stângi, în partea de sus a articulației cu sternul, este deosebit de dureros dacă sunteți sensibil la *Lachesis*. În practică, este greu să găsești această sensibilitate pentru toate punctele. Multe dintre aceste puncte ale lui Weihe corespund punctelor de acupunctură, iar medicamentul corespondent are, în general, același efect terapeutic ca și înțepătura.

X

XANTHOXYLUM

Origine
Frasinul.

Principalele indicații
Durere a ovarului stâng.

Z

ZBÂRNÂIT ◉

Orice zbârnâit în ureche trebuie să ducă la verificarea tensiunii arteriale și examen ORL. Tratamentul homeopatic va completa tratamentele clasice.

Cu amețeală și scădere a auzului: *Chininum sulfuricum 9 CH* și *Baryta carbonica 9 CH*, 5 granule, în alternanță, de 4 ori pe zi.

ZETA ITALICA

Origine
Porumbul.

Principalele indicații
Eczema uscată, psoriazisul.

ZGOMOT ✦

Descoperirea acestui simptom orientează și confirmă alegerea unor medicamente de teren sau de sensibilitate.

Intoleranță la zgomot
— în caz de migrenă: *Asarum*;
— în caz de oboseală: *China, Kalium phosphoricum*;
— în caz de depresie: *Sepia*;

— intoleranți, nerăbdători și iritabili: *Nux vomica*;
— intoleranți mizantropi: *Lycopodium*;
— hipersensibili, hiperexcitabili: *Ignatia*;
— hipersensibili la auz: *Coffea*.

Toate aceste medicamente pot să fie luate în 15 CH, 5 granule, 1-2 ori pe zi.

ZINCUM

Origine
Zincul.

Principalele simptome
— senzația de slăbiciune, mai ales pe plan nervos și intelectual;
— dureri de cap după ce s-a băut vin;
— nerăbdare, crampe la picioare, cu nevoia de a le mișca continuu.

Principalele indicații
— oboseală nervoasă după efort;
— dificultăți școlare la copiii nervoși, agitați;
— crampe, nerăbdare a picioarelor.

Comparații și asocieri
Cuprum: crampe.
Kalium phosphoricum: slăbiciune nervoasă ca urmare a surmenajului.

ZINGIBER

Origine
Ghimbir.

Principalele indicații
Diaree după ce ai mâncat pepene.

ZONA ZOSTER

De la primele simptome, până la consultarea medicului, se ia *Vaccinotoxinum 15 CH*, 1 doză unică.

➢ *Și:*
Arsenicum album 9 CH și *Rhus toxicodendron 15 CH*, 5 granule, în alternanță, din două în două ore.

➢ *Apoi:*
În funcție de localizare sau de aspect:
— *Ranunculus bulbosus 9 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi, dacă e vorba de zona toracică;
— *Croton 5 CH*, 5 granule de 4 ori pe zi, dacă veziculele sunt grupate.

Toate zonele oftalmice trebuie să fie văzute de medic cât mai repede.

ANEXA

TRUSE FAMILIALE

Maladiile cronice sau repetitive iau uneori aceeaşi formă, la fiecare reapariţie, pentru o anumită persoană. Se poate deci păstra, pentru prevenire, acelaşi tratament pentru viitoarea criză de tuse, otită, herpes, migrenă, sinuzită etc. Trebuie notat cu mare atenţie, pentru fiecare medicament, indicaţia şi numele persoanei căreia i se potriveşte în acest caz. Nimic nu dovedeşte că medicamentul care tratează sinuzita sau tusea unuia va trata aceeaşi maladie şi la un alt membru al familiei. Este deci preferabil să se păstreze aceste medicamente mai curând cu numele persoanei decât în ordine alfabetică.

BEBELUŞI ÎN CASĂ

Trusa

Antimonium crudum 9 CH: indigestii.
Arnica 9 CH: cucuie.
Belladonna 9 CH: fund roşu.
Chamomilla 9 CH: pusee dentare.
China 9 CH: diaree.
Gelsemium 15 CH: teamă, trac.
Ignatia 15 CH: excitaţie.
Nux vomica 9 CH: toate tulburările digestive spastice, indigestiile.
Podophyllum 9 CH: diaree.
Stramonium 15 CH: coşmaruri.
Pomadă cu Calendula: bubiţe şi fund roşu.
Sédatif PC: anxietate, nervozitate.
Homéogène 46: agitaţie, insomnie.

Pusee dentare

În cazul puseelor dentare ale bebeluşului, când devine iritabil, bombănitor, furios, trebuie să i se dea CHAMOMILLA 15 CH, 5 granule, de două-trei ori pe zi.

Cucuiele

ARNICA 9 CH, 5 granule, de două-trei ori, la un interval de o jumătate de oră.

Fund roşu

Se pune POMADĂ CU CALENDULA şi BELLADONNA 9 CH, 5 granule, de patru ori pe zi.

Diarea banală a copilului, fără febră

CHINA 9 CH şi PODOPHYLLUM 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

BRICOLAJ

Trusa

Apis 15 CH: de urgenţă la arsuri.
Arnica 9 CH: hematoame.
Belladonna 9 CH: arsură de gradul I.
Chantharis 9 CH: arsură de gradul II, băşică.
Hypericum 15 CH: dureri nevralgice după traumatism al extremităţilor.
Ledum palustre 15 CH: dureri după rană cu obiecte înţepătoare.
Staphysagria 15 CH: dureri după rană cu obiecte tăioase.
Pomandă cu Calendula: toate julituriie şi arsurile.

Arsură

Arsura uşoară cu edem roz înţepător: APIS 15 CH, 5 granule, la fiecare zece minute, rărind dozele în funcţie de ameliorare (în medie, 4-5 doze sunt de ajuns).

Se pune POMADĂ CU CALENDULA

Hematoame

În urma unei lovituri, a unui şoc, a unui accident, se ia cât mai repede posibil ARNICA 9 CH, 5 granule, din oră în oră, rărind dozele în funcţie de ameliorare (în medie, 4-5 doze sunt suficiente).

Înţepături sau tăieturi

În caz de înţepătură la meşterit: LEDUM PALUSTRE 9 CH, 5 granule, de patru ori pe zi.

Dacă vă tăiaţi: STAPHYSAGRIA 15 CH, de două ori pe zi.

Se pune POMADĂ CU CALENDULA.

PETRECERI

Trusa

Chelidonium compus: pentru stimularea ficatului şi a căilor biliare.

Coffea 15 CH: insomnie după petrecere.

Gelsemium 15 CH: trac înainte de petrecere.

Ignatia 15 CH: înainte şi după orice agitaţie.

Lycopopodium 5 CH: intoleranţe alimentare, în special stridii.

Nux vomica 9 CH: preventiv şi curativ în caz de excese şi pentru mahmureală.

Staphysagria 15 CH: vexaţii şi frustrări.

Mahmureală

Când trebuie să luaţi parte la o masă prea copioasă (petrecere, revelion, aniversare):

➢ NUX VOMICA 9 CH, 5 granule, înainte de masă, după masă, la culcare şi a doua zi dimineaţă.

Criză de ficat

➢ CHELIDONIUM COMPUS 15 picături sau 5 granule, înaintea celor două mese.

Stres

Pentru redobândirea calmului şi pentru a adormi după emoţii:

➢ COFFEA 9 CH şi IGNATIA 15 CH, 9 CH, 5 granule în fiecare seară.

SPORT

Trusa

Apis 15 CH: edem, entorsă.

Arnica 9 CH: lovituri, cucuie, muşchi.

Arnica 15 CH: detentă musculară şi nervoasă după sport.

Bryonia 9 CH: inflamaţie articulară.

Cantaris 9 CH: băşici.

China 9 CH: recuperare fizică, mai ales după transpiraţie abundentă.

Cuprum 9 CH: crampe musculare.

Gelsemium 15 CH: trac înainte de competiţie.

Rhus toxicodendron 9 CH: curbaturi.

Ruta 9 CH: tendinite, lombalgii.

Sporténine: crampe, recuperare musculară.

Traumatisme, şocuri

În urma unei lovituri, a unui şoc, a unui accident se ia, cât mai repede posibil, ARNICA 9 CH, 5 granule, din oră în oră, rărind dozele în funcţie de ameliorare (în medie, 4-5 doze sunt suficiente).

Entorsă

➢ APIS 15 CH, 5 granule, a fiecare zece minute, de patru-cinci ori, în acelaşi timp cu aplicarea gheţii.

➢ ARNICA 15 CH, 1 doză, de repetat după trei şi după şase ore.

Apoi, după imobilizare: BRYONIA 9 CH şi RUTA 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

➢ RHUS TOX 9 CH, 5 granule seara, timp de zece zile, în timpul reeducării.

Recuperare, crampe

➢ SPORTENINE, de ronţăit sau de băut, de două-trei ori în timpul efortului şi de două ori după.

➢ ARNICA 9 CH şi CUPRUM 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

VACANŢA DE IARNĂ, SCHI

Trusa

Agaricus 5 CH: degerături.

Apis 15 CH: reacţii solare.

Arsenicum album 15 CH: insomnie la altitudine.

Coca 15 CH: rău de munte.

Natrum muriaticum 15 CH: lucită solară.

Pulsatilla 9 CH: degerături, acrocianoză (cianoza extremităţilor) la frig.

Ruta 9 CH: tendinită datorată compresiilor bocancilor de schiuri.

Homéoplasmine: degerături.

Ameţeli, rău de altitudine

➢ COCA 9 CH, 5 granule dimineaţa şi seara şi ARSENICUM ALBUM 15 CH, 5 granule seara, pentru facilitarea somnului.

Degerătură

➢ PULSATILLA 9 CH, 5 granule dimineaţa.

➢ AGARICUS 9 CH şi ARNICA 9 CH, 5 granule, în alternanţă, de trei ori pe zi.

Tendinită

➢ RUTA 9 CH şi ARNICA 9 CH, 5 granule, în alternanţă, de trei ori pe zi.

VACANŢĂ LA SOARE

Trusa

Apis 15 CH: insolaţie cu edem.
Arsenicum album: intoxicaţie alimentară.
Belladonna 9 CH: insolaţie cu roşeaţă.
Cantharis 9 CH: insolaţie cu băşici.
Gelsemium 15 CH: insolaţie.
Ledum palustre 5 CH: prevenirea înţepăturilor de ţânţari.
Podophyllum 9 CH: diaree.
Poumon histamine 15 CH: alergie, lucită solară.
Vipera 5 CH: inflamaţie veninoasă, picioare grele.

Insolaţie

➢ APIS 15 CH şi BELLADONNA 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din oră în oră.

Diaree

➢ CHINA 9 CH şi PODOPHYLLUM 15 CH, 5 granule, din zece în zece minute, rărind dozele în funcţie de ameliorare.

➢ POUMON HISTAMINE 15 CH, 5 granule seara.

În timpul vacanţei de vară, pe malul mării, **Kevin, în vârstă de 5 ani**, are, de o jumătate de zi, o diaree cu scaun frecvent. Nu are febră. Scaunul este galben, fără sânge. Burta e balonată şi îl doare puţin.

➢ CHINA 9 CH şi PODOPHYLLUM 9 CH, 5 granule, în alternanţă, din jumătate în jumătate de oră, timp de o zi.

➢ Apoi se continuă cu CHINA 9 CH, 5 granule, dimineaţa şi seara, timp de trei zile.

Trebuie să se bea suficient lichid.

MEDICAMENTE INDISPENSABILE ÎN CASĂ

Nu trebuie stocate decât medicamentele care sunt folosite frecvent sau cele de primă necesitate. În cazul multor medicamente,

citate în această carte, se poate aştepta şi apoi procura la de la farmacie la cerere. Medicamentele trebuie să fie păstrate într-un loc uscat, ferite de căldură şi mirosuri puternice. Este de dorit păstrarea separată de medicamentele alopate.

➢ ACONITUM
Aconitum 9 CH, 1 tub.
Febră bruscă (39-40 grade C), în urma unei răceli: ACONITUM 9 CH, 5 granule, din oră în oră, rărind dozele în funcţie de ameliorare (în medie, 4-5 doze sunt suficiente).

➢ AESCULUM COMPUS
Aesculum compus, 1 tub.
Puseu hemoroidal, 5 granule, de patru ori pe zi.

➢ ALLIUM CEPA
Allium cepa 9 CH, 1 tub.
Rinită cu strănut şi scurgere limpede, foarte abundentă, care irită nasul: ALLIUM CEPA 9 CH, 5 granule din oră în oră, rărind dozele în funcţie de ameliorare (în medie, 4-5 doze sunt suficiente).

➢ APIS
Apis 15 CH, 1 tub.
Edem, înţepătură de insecte, urticarie, arsură de gradul I.
Înţepături de insecte sau arsură uşoară, cu un edem roz înţepător: APIS 15 CH, 5 granule, din zece în zece minute, rărind dozele în funcţie de ameliorare (în medie, 4-5 doze sunt suficiente).

➢ ARNICA
Arnica 9 CH, 1 tub
Hematom, traumatism muscular.
În urma unei lovituri, a unui şoc, a unui accident se ia cât mai repede posibil ARNICA 9 CH, 5 granule, din oră în oră, rărind dozele în funcţie de ameliorare (în medie, 4-5 doze sunt suficiente).

➢ ARSENICUM ALBUM
Arsenicum album 15 CH, 1 tub.
Dureri cu arsură, otită acută noaptea, gastro-enterită acută, angoasă nocturnă, 5 granule, o dată sau de două ori pe zi.

➢ BELLADONNA
Belladonna 9 CH, 1 tub.

Febră cu transpirație, arsură de gradul I, inflamație a pielii sau a mucoaselor.

➢ CALENDULA
Pomandă cu *Calendula*, 1 tub.
Iritarea pielii, arsură, 5 granule, din oră în oră, rărind dozele în funcție de ameliorare.

➢ CANTHARIS
Cantharis 9 CH, 1 tub.
Arsură de gradul II, cistită acută, 5 granule, din oră în oră, rărind dozele în funcție de ameliorare.

➢ CEPHIL
Céphyl, 1 cutie.
Febră, durere.
Atenție: acest medicament conține aspirină.

➢ CHAMOMILLA
Chamomilla 15 CH, 1 tub.
În caz de pusee dentare la bebeluși, când devin iritabili, furioși, trebuie să li se dea CHAMOMILLA 15 CH, 5 granule, de două-trei ori pe zi.

➢ CHELIDONIUM
Chelidonium compus, 1 flacon.
Criză de ficat, drenarea căilor biliare, 20 de picături, de trei ori pe zi.

➢ CHINA
China 9 CH, 1 tub.
Oboseală în urma unor maladii infecțioase, gripă, gastro-enterită, de exemplu, sau în urma unor eforturi sportive repetate: CHINA 9 CH, 5 granule, înaintea celor trei mese, minimum o săptămână.

➢ COCCULINE
Cocculine, 1 cutie.
Rău de mașină, 2 comprimate, de trei ori pe zi, în ajunul călătoriei și în timpul călătoriei.

➢ COLOCYNTHIS
Colocynthis 9 CH, 1 tub.

Dureri spastice, în alternanță cu *Magnesia phosphorica*, 5 granule, în alternanță, din oră în oră, rărind dozele în funcție de ameliorare.

➢ CORYZALIA
Coryzalia, 1 cutie.
Rinită, boala fânului, 1 comprimat de supt, din oră în oră, rărind dozele în funcție de ameliorare.

➢ CUPRUM
Cuprum 9 CH, 1 tub.
Crampe, spasme, crize de astmă, 5 granule, din oră în oră, rărind dozele în funcție de ameliorare.

➢ CYCLAMEN
Cyclamen 30 CH, 1 doză.
Migrenă oftalmică, îndeosebi înainte de menstruație: CYCLAMEN 30 CH, 1 doză pe săptămână sau 1 doză cu două-trei zile înainte de sfârșitul ciclului, de repetat la apariția menstruației.

➢ DROSERA
Drosera 15 CH, 1 doză.
În cazul acceselor de tuse, îndeosebi noaptea, care se mențin după un guturai sau o bronșită: DROSERA 15 CH, 1 doză, trei seri la rând, la culcare.

➢ GELSEMIUM
Gelsemium 15 CH, 1 tub.
Trac, imposibilitate de a adormi.
Tracul înainte de examen: fie GELSEMIUM 15 CH, 5 granule, în fiecare seară, la culcare, pe toată perioada pregătirii, fie GELSEMIUM 15 CH, 1 doză, în ajun și în dimineața examenului.

➢ HEPAR SULFUR
Hepar sulfur 15 CH, 1 doză.
Început de supurare: se ia o doză cât mai repede posibil și se consultă medicul.

➢ HOMEOPLASMINE
Homéoplasmine, 1 tub.
Iritarea pielii, zgârietură, tăietură, plesnitură, arsură.

➢ IGNATIA
Ignatia 15 CH, 1 tub.
Excitare nervoasă, spasm nervos.
Un copil enervat în urma unei zile de sărbătoare bogată în emoţii: IGNATIA 15 CH, 5 granule la culcare.
O persoană şocată după un deces sau o nouă tulburare profundă: IGNATIA 15 CH, 1 doză, trei zile la rând.

IPECA
Ipeca 9 CH, 1 tub.
Tuse spastică, grasă, în cazul unei bronşite, unei bronşiolite, a unei crize de astmă: IPECA 9 CH, 5 granule, din oră în oră, rărind dozele în funcţie de ameliorare (în medie, sunt necesare 24-36 de ore).

➢ KALIUM BICHROMICUM
Kalium bichromicum 9 CH, 1 tub.
Sinuzită, guturai, cu scurgere goasă, gălbuie şi dureri frontale: KALIUM BICHROMICUM 9 CH, 5 granule, de patru ori pe zi, timp de trei-patru zile.

➢ KALIUM PHOSPHORICUM
Kalium phosphoricum 9 CH, 1 tub.
Oboseală nervoasă după griji sau surmenaj: KALIUM PHOSPHORICUM 9 CH, 5 granule, de trei ori pe zi, timp de minimum o săptămână.

➢ MAGNESIA PHOSPHORICA
Magnesia phosphorica 9 CH, 1 tub.
Dureri spastice, în alternanţă cu *Colocynthis*.

➢ NUX VOMICA
Nux vomica 9 CH, 1 tub.
Spasme digestive, indigestie, mahmureală.
Când trebuie să luaţi parte la o masă prea copioasă: NUX VOMICA 9 CH, 5 granule, înainte de masă, după masă, la culcare şi a doua zi dimineaţă.

➢ OSCILLOCCINUM
Oscilloccinum, 1 cutie de 6.
Început de gripă sau de otită: 1 doză la opt ore.

➢ POUMON HISTAMINE
Poumon histamine 15 CH, 1 tub.
Alergie, 5 granule, de două ori pe zi.

➢ RHUS TOXICODENDRON
Rhus toxicodendron 9 CH, 1 tub.
Curbaturi reumatismale sau după sport, sau în perioada de reeducare la kineziterapeut: RHUS TOXICODENDRON 9 CH, 5 granule în fiecare seară, la culcare, timp de minimum zece zile.

➢ SEDATIF PC
Sédatif PC, 1 tub.
Anxietate, nervozitate, 5 granule la cerere.

➢ STAPHYSAGRIA
Staphysagria 15 CH, 1 tub.
Ofensare, sentiment de nedreptate.
Cistită după raport sexual sau după un stres: STAPHYSAGRIA 15 CH, 5 granule, o dată sau de două ori pe zi.

➢ STODAL
Stodal, 1 flacon.
Tuse.

➢ STRAMONIUM
Stramonium 15 CH, 1 tub.
Coşmaruri sau spaime nocturne la copii. Se iau 5 granule la culacre, trei-patru seri la rând.

Cuprins

A

B

C

D

E

F

G

H

I

Î

J

K

L

M

N

O

P

R

S

Ș

T

Ț

U

V